

Abhängigkeit zählt zu den großen Tabus in unserer Gesellschaft. Über Abhängigkeit spricht man nicht. Das erleichtert es für Abhängige. Denn zu ihrem Krankheitsbild gehört es, sich die Abhängigkeit nicht einzugestehen. Sich selbst gegenüber nicht – geschweige denn anderen gegenüber.

Familien mit einem abhängigen Familienmitglied investieren häufig sehr viel Energie, die „Fassade“ aufrechtzuerhalten. Es wird alles getan, die Abhängigkeit zu verneinen, zu verstecken, abzureden. Häufig sind die Angehörigen sehr wichtige Verbündete in diesem Spiel. Ob Eltern, Partner oder Kinder – alle versuchen, nicht am Tabu zu rühren: innerhalb der Familie nicht und außerhalb schon gar nicht. Familien Suchtkranker kommen häufig nicht von selbst zu einem der vielen Hilfeangebote, zum Beispiel der Sucht- oder Familienberatung. Doch diese Angebote bekommt nur, wer kommt! Dabei gilt das Prinzip der Freiwilligkeit. In der Suchtberatung selbst gilt zudem Vertraulichkeit. Damit hilfebedürftige Familien und die Hilfeangebote zueinander finden, braucht es Mittler und Mittlerinnen. Dazu können Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen aller Arbeitsfelder werden, die mit Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und älteren Menschen, also mit Mitgliedern von Familien haupt- oder ehrenamtlich Umgang haben: etwa im Gesundheitswesen.

Die Mittlerrolle zwischen Hilfebedürftigen und Hilfeangeboten kann jeder übernehmen, der mit Familien arbeitet und eine Abhängigkeit bemerkt oder vermutet. Sprich: Sie können zu Mittler oder Mittlerin werden! Sie alle begegnen in ihrem Alltag möglicherweise Menschen, die selbst abhängig sind, sowie Menschen, die unter der Abhängigkeit eines oder mehrerer Familienmitglieder leiden.

Probleme anzusprechen, fällt nie leicht. Wird eine Abhängigkeit vermutet, stehen viele einer Ansprache skeptisch gegenüber, aus dem Gefühl heraus: „Das bringt doch nichts.“

Doch die Statistiken der Suchtkrankenhilfe belegen das Gegenteil: Zwei von drei Hilfesuchenden kommen, weil sie auf ihre Abhängigkeit angesprochen und auf Hilfeangebote hingewiesen wurden, sei es durch Angehörige und Freunde oder Justiz und Sozialverwaltungen bzw. Mitarbeiterinnen sozialer Dienste.

Für den Schritt aus der Abhängigkeit ist es nie zu spät. Er lohnt jederzeit. 80 Prozent der Suchtkranken, die sich wegen einer Abhängigkeit von Alkohol oder Drogen ambulant beraten und behandeln lassen und diese Behandlung planmäßig abschließen, berichten von einem positiven Ergebnis. Bei stationären Patienten und Patientinnen sind dies sogar über 92 Prozent (DHS, 2013a, S. 220). Und auch speziell für ältere Menschen mit einer Medikamentenabhängigkeit gibt es positive Prognosen: Von ihnen schaffen es etwa 60 Prozent, ihren Tablettenmissbrauch mit Hilfe einer Suchtbehandlung zu beenden (DHS, 2013b, S. 16).

Abhängigkeit lässt sich nicht ausschalten. Aber es gibt viele Wege, das Leben von Familien, die durch Abhängigkeit belastet sind, zu erleichtern und zu verbessern. Oft sind es gerade kleine Hinweise, die schließlich große Wirkung entfalten. Auch ein langer Weg beginnt mit einem ersten Schritt.