

„Ich habe den Alkohol gehasst“

Brigitte Thomsen aus Großquern hat Jahre gebraucht, bis sie den Weg aus ihrer Sucht fand – heute hilft sie anderen

Peter Hamisch

Zwei Flaschen Wodka am Tag. Das war normal für Brigitte Thomsen. Dann änderte sich ihr Leben total. Sie hatte sich mit ihrem Mann gestritten und wurde mit einer Platzwunde am Kopf ins Krankenhaus eingeliefert. Der Alkoholtest ergab 3,8 Promille.

„Das war mein Glückstag“, sagt Brigitte Thomsen heute. Sie spricht offen über ihre Alkoholkrankheit – und darüber, wie sie vor zwölf Jahren den Weg aus dieser Sucht heraus fand. Alkoholsucht entwickelt sich über viele Jahre, ist oft schon in der Jugend, ja auch im familiären Rahmen begründet. „Ich habe den Alkohol gehasst“, erinnert sich die 62-Jährige. Eine Kindheit, in der in ihrer Familie gerne gefeiert, kräftig dem Alkohol zugesprochen wurde und in der auch Gewalt eine Rolle spielte. Auch wenn sie als Kind den Alkohol, den die Erwachsenen tranken, hasste: Später wurde sie selbst ein Opfer des Alkohols. „Mein Mann und ich sind gesellige Menschen, haben gerne gefeiert und auch getrunken.“

Eskaliert ist es vor 20 Jahren. In Großquern bauten sie sich ein Haus. Das Ehepaar Thomsen feierte täglich den Baufortschritt. Erst war es nur

Bier, dann kamen hochprozentige Getränke dazu. Am Ende waren es zwei Flaschen Wodka am Tag. So ging es fünf Jahre. Die Folgen: Job-Verlust, Aufgabe von Freundschaften, tägliches Theaterspiel gegenüber Außenstehenden nach dem Motto: „Ich trinke nicht, habe alles im Griff!“ Lügen und Ausreden gehören zum Alltag eines Suchtkranken, weiß Brigitte Thomsen heute. Das einzig Positive: Wenn Brigitte Thomsen genügend Alkohol im Blut hatte, konnte sie im Rausch gut schlafen. Auch den Hausstand hielt sie in Ordnung, so dass Außenstehende nicht immer sofort erkannten, wie tief die Hausfrau schon im Alkoholsumpf stand.

Entgiftung in der Diako in Flensburg

Bis der Tag kam, den Brigitte Thomsen als ihren Glückstag bezeichnet. Der Tag mit der Platzwunde und dem Krankenhaus. Die Entgiftung in der Diako in Flensburg war mit langen Beratungsgesprächen verbunden. Gespräche, die Brigitte Thomsen nicht nur ihre Situation erkennen ließen, sondern sie hörte zum ersten Mal, dass es Hilfe gibt, aus der Sucht herauszukommen. Alleine aus der Sucht heraus zu kommen, ist fast unmöglich und gelingt nur weni-



Brigitte Thomsen suchte sich neue Aufgaben im Leben – und fand sie unter anderem in der Gartenarbeit.

Fotos: Peter Hamisch

gen. Gesprächskreise sind hier die richtige und vor allem nachhaltige Therapie.

Schwellenangst vor dem Gesprächskreis

Im „Freundeskreis Satrup“ fand Brigitte Thomsen nicht nur Gleichgesinnte, sondern

Männer und Frauen, die auch eine Alkoholkarriere hinter sich haben und gemeinsam die Welt ohne Alkohol sehen und erleben wollen. Sie weiß noch, wie schwer es ihr fiel, dem Gesprächskreis beizutreten. Vor der Tür zum Gemeindehaus in Satrup wäre sie beinahe wieder umgekehrt. Aber

der Wille zum Überleben war stärker. Die Gruppe nahm die Neue freundlich auf, nahm ihr die Schwellenängste.

„Das Wichtige an der Gruppe ist die Bereitschaft aller zu reden, über ihre Sucht, ihre Probleme, aber auch wie sie mit den Problemen umgehen.“ Manchmal sind es ganz

einfache Dinge, wie immer eine Flasche Wasser als Durstlöcher im Auto zu haben. Alkoholiker bleibt man sein Leben lang, auch wenn man „trocken“ ist. Der Kampf gegen den Alkohol ist ewig und täglich. Überall warten die kleinen Verführer. Und wenn es die Metaxa-Soße beim Griechen ist.

Das erste Jahr war für Brigitte Thomsen das schwerste. Den Alkohol zu verweigern, ist für einen Alkoholiker ein täglicher Kampf. „Ich kann inzwischen sehr gut damit umgehen“, berichtet die trockene Alkoholikerin. Voraussetzung war, ihr Leben komplett umzustellen. Sich neue Aufgaben zu suchen, wieder zu arbeiten, sich mit Haus und Garten zu beschäftigen.

Brigitte Thomsen verschweigt aber auch ihre Ängste nicht. Die Verführungen lauern überall. Nur einmal nachgegeben, das bedeutet ein Rückfall in die Alkoholabhängigkeit. Von drei Alkoholabhängigen hält nur einer durch und bleibt trocken.

► Um den Betroffenen Hilfe anzubieten, gibt es in Satrup seit 40 Jahren den Freundeskreis, dem Brigitte Thomsen vorsteht. Treffen ist dienstags um 19.30 Uhr im Gemeindehaus in Satrup (gegenüber die Kirche). Infos gibt Brigitte Thomsen unter Telefon 04632/87439.