

Vortrag „Was hilft, wenn nichts mehr hilft ...“ Aus der Sicht eines Betroffenen und Lotsen, Bodo Schmidt, Selbsthilfegruppe Freundeskreis Sonneberg



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Lotsinnen, liebe Lotsen!

„Das Beste was mir in meiner Situation passieren konnte,war, einen Lotsen zu treffen“.

Diese Worte stammen nicht von mir, diese Worte stammen von Wilfried Nax, dem ersten vom Lotsennetzwerk betreuten Suchtkranken in Thüringen.

Während seines Aufenthaltes zur Entgiftung bekam er den ersten Flyer vom Thüringer Lotsennetzwerk in die Hand und sah darin seine Chance. Sein Lotse damals war Frank Wahl. Wilfried war später selbst viele Jahre als Lotse tätig und sollte heute statt meiner hier stehen und zu Ihnen sprechen. Leider ist Wilfried vor ein paar Wochen plötzlich verstorben.

Werte Anwesende, gedenken wir Wilfried und all den anderen Lotsen die nicht mehr unter uns weilen. Ich darf sie bitten, sich von den Plätzen zu erheben.

Ich danke Ihnen.

Nun fällt es mir schwer, den Übergang zu finden.

Mein Name ist Bodo Schmidt, 56 Jahre, in der Suchtselbsthilfe tätig seit knapp 10 Jahren. Ich komme vom Freundeskreis Sonneberg, den ich im Jahr 2008 mitgeründet habe. An dieser Gründung trägt auch indirekt das Lotsennetzwerk zumindest eine „Mitschuld“.

Als ich begann, mich in der Suchtselbsthilfe zu engagieren, bekam ich ein Schreiben in die Hand. Eine Einladung zur ersten Schulung des Thüringer Lotsennetzwerkes in Ernstthal. Das Wort Netzwerk kannte ich damals nur vom Computer. Neugierig wie ich war und ohne genauer zu wissen, was mich Dort erwartet, meldete ich mich zu dieser Veranstaltung an, um meine Neugierde zu befriedigen. An diesem Wochenende stellten sich für mich einige wichtige Weichen. Helfen, Verantwortung und Achtsamkeit bekamen für mich einen neuen Stellenwert. Lotse zu sein, was bedeutet das?

Der Begriff Lotse kommt laut Wikipedia ursprünglich aus der [Seefahrt](#) und leitet sich entweder von [englisch](#) *loadsmann* ‚Geleitsmann‘ ab ^[1] oder stammt aus der [Mittelniederdeutschen Sprache](#), in der der *Loedsage* derjenige ist, der ‚das Lot hält‘. Derjenige also, der die Wassertiefe misst. Ein Lotse ist in der Seefahrt meist ein erfahrener [Nautiker](#) mit mehrjähriger praktischer Erfahrung, der bestimmte Gewässer so gut kennt, dass er die Führer von [Schiffen](#) sicher durch [Untiefen](#), vorbei an Schifffahrtshindernissen und dem übrigen Schiffsverkehr geleiten kann. Mit Lotsenbooten werden sie von einem Schiff zum anderen bzw. von der Lotsenstation zum Schiff gebracht. (*Unsere Lotsenboote heißen Marina und Frank, die für uns die meisten Kontakte koordinieren.*)

Wikipedia schreibt weiter, „Ein Lotse führt ein Schiff oder vom Boden aus ein Flugzeug auf sicherem Weg zu einem bestimmten Ziel.“

Mittlerer Weile sind in Thüringen ca. 100 Lotsinnen und Lotsen aktiv und betreuen je nach Bedarf hilfeschuchende Suchtkranke und/oder deren Angehörige.

Welche Aufgaben habe ich als Lotse?

Die Hauptaufgabe ist klar, der Lotse in unserem Netzwerk begleitet den Hilfesuchenden sanft zu seinem Ziel, versucht ihn langsam und geduldig ins Suchhilfesystem zu bringen, erstellt mit ihm gemeinsam bei Bedarf eine Prioritätenliste und geht auch schon mal bei Behördengängen mit. So weit so gut, so könnte man denken.

Die Hauptaufgabe jedoch, und das weiß jede und jeder von uns, lautet, auf sich selbst zu achten! Der eigene Schutz steht ganz oben.

Während unserer Arbeit als Lotse spielen Emotionen eine große Rolle. Die Menschen, die sich an uns wenden, befinden sich oft in fast aussichtslosen Situationen. Sie erzählen von ihrem Leid, ihrem Schmerz, ihrem Schicksal, das es gar nicht gut mit ihnen meint. Scheidung, Krankheit oder der Verlust des Partners, sind nur einige wenige der Katastrophen, an denen diese Menschen gescheitert sind, die nun verzweifelt Hilfe bei uns suchen.

Verletzlich, sensibel, hilflos, mutlos, ahnungslos, arbeits- und oder wohnungslos treffen wir sie an, jeder hat seine Geschichte, die uns berührt. Viele von uns haben das Gleiche erlebt. Manchmal dachte ich, ich sitz vor meiner Kopie.

Anfangs, gerade bei den ersten Klienten, ist Vorsicht geboten. Bei den ersten Klienten, bei denen ich auf keinen Fall etwas falsch machen will, da, wo der unbedingte Wille zum Helfen vielleicht noch mit Bedingungslosigkeit gepaart ist, lauert die Gefahr! Man reibt sich auf und vergisst sich unter Umständen selbst. Bei mir war es nicht anders.

Ich erinnere mich an einen jungen Mann. Mitte 30, getrennt lebend von Frau und Kindern. Er machte auf mich einen äußerst sympathischen Eindruck, ich mochte ihn. Gerade hatte er noch alles gehabt, Familie, Haus, Auto und ein tolles Hobby. In kürzester Zeit jedoch war alles weg, einschließlich Führerschein und Job. So einem Menschen muss doch geholfen werden, der muss doch wieder Perspektive bekommen. Das hat er verdient, das musst du schaffen. Sein Ziel war, zumindest seine Familie wieder zu haben.

Voller Zuversicht und mit viel Elan hatte ich ihn dreimal zur Entgiftung gebracht. In Gesprächen bei unzähligen Treffen haben wir nach Lösungswegen gesucht, Notfallpläne erstellt. Doch den Mut zur Veränderung hatte er nur in meinem Beisein. Kaum alleine, suchte er den Trost in der Flasche. Meine Gedanken drehten sich nur noch um ihn. Selbst in meiner Beziehung war er präsent. Oft ging es in Gesprächen mit meiner Frau um ihn und wie ich ihn helfen könne.

Bis ich gemerkt habe, dass ich nicht mehr kann, dass ich machtlos bin, verging einige Zeit. Machtlos, für mich war diese Feststellung niederschmetternd. Ich wollte doch helfen!

Der Verzweiflung nahe und enttäuscht begann ich zu kapitulieren. Enttäuscht war ich nicht von ihm, enttäuscht war ich von meiner einer. ICH hab's verbockt, ich bin unfähig, ich habe versagt. Ich fühlte mich schlecht.

Nach einigen Wochen erreichte ich meinen mentalen Tiefpunkt. Der junge Mann wurde Tod in seiner Wohnung aufgefunden. Hättest du nicht noch einmal...?

Dieses Ereignis zeigte mir meine emotionalen Grenzen sehr deutlich auf. Dass ich Sie schon lange überschritten hatte, bemerkte ich erst sehr spät.

Heute weiß ich, dass

- ich das Schicksal anderer nicht mehr so an mich heran lassen darf,
- ich mir eher Hilfe bei anderen Lotsen oder im Netzwerk beteiligter Personen hole,
- ich mich nicht überfordern darf, immer wieder nachschaue, wie es mir dabei geht,
- Hilfe auch Grenzen hat, die jeder für sich selbst festlegen darf.

Glücklicherweise gibt es aber auch positive Fälle, an denen man sich erfreuen kann. Wo Klienten auch nach Jahren noch dankbar sind. Klienten, die dem Suchthilfesystem zugeführt werden konnten, die z.B. nach einer Langzeittherapie wieder mit beiden Beinen im Leben stehen,

- wieder ein Familienleben führen können,
- die wieder Freude am Leben haben,
- wieder im Besitz des Führerscheins sind,
- wieder einen Job haben.

Solche Ergebnisse bauen mich auf und geben mir die Kraft, weiter zu machen.

Selbst wenn bei manchen Klienten erst einmal kein für uns angestrebtes Ergebnis vorliegt, ist jeder Kontakt wichtig. Mancher erinnert sich später wieder an uns, ich pflege oft zu sagen, „wenn er reif ist“.

Es gibt auch Situationen, die bei mir nur Kopfschütteln hervorriefen und welche, über die ich Schmunzeln kann. Einmal passiert, dass eine Mutter in einem kleinen Bergdorf unterhalb eines Stausees um Hilfe ruft, um Ihren Sohn zu retten und rausgeworfen....

Dass du auf einmal alleine auf der Entgiftungsstation stehst, weil dein Klient beim piekeln getürmt ist und sich schon wieder auf den Weg zum nächste Discounter befindet oder der nächste sagt, „ ich habe gelesen, ihr Lotsen unterstützt. Ich brauch mal deine Unterstützung. Auf meine Frage was ich für ihn tun kann, meinte er, ich muss mal nach Saalfeld, um dort was abzuholen. Fragt mich bitte nicht, was mir mein Gefühl da sagte.

Meine Damen und Herren, eine besondere Erfahrung durfte ich erst vor kurzem machen.

Im Rahmen der Präventionsarbeit an Schulen starteten der FK Sonneberg und die Ortsgruppe des BK in Sonneberg ein gemeinsames Projekt. Überschrift, Kinder aus Suchtbelasteten Familien:

- Gemeinsame Überlegung, die Nachhaltigkeit solcher Veranstaltung verbessern, die Eltern miteinbeziehen,
- Film Zoey gezeigt,
- Projekt an möglichst vielen Schulen im LK,
- dann Problem, wie an Schulen kommen,
- Schulsozialarbeiter, Jugendamt und div. Kinderhilfe Einrichtungen, 2 SHG und 1 Lotsin und ein Lotse,
- nach und nach entwickelte sich ein Netzwerk, das sehr gut funktioniert,
- Was geht wo und wie?
- von der Idee bis zum Start 3 Monate,
- Start im Rahmen einer Projektwoche an Bürgerschule in Sonneberg,
- Mutter konnte aufgefangen werden, Tel. Kontakt, weiß nun, wo Sie Hilfe bekommt,
- Tochter wird von Sucht-Selbsthilfe-Ansprechpartnerin besonders betreut und steht im Kontakt zu einer Kinderhilfeeinrichtung,
- Glück war, beide Lotsen, ergo 2 Netzwerke im Spiel,
- am Abend mit einem sehr guten Gefühl nach Hause

Netzwerk auf kommunaler Ebene noch verbesserungswürdig!

Frank Hübner hatte das Lotsenprojekt im Arbeitskreis vorgestellt, aber ...
Frank Hübner hatte auch das Lotsenprojekt im KKH vorgestellt, aber ...
Selbst in manchen Fachkliniken kein Hinweis auf LP
... noch viel Bedarf.

Nun meine Damen und Herren noch eine Sache, die mir unter den Nägeln brennt. Unwohles Gefühl ...

Wir Lotsen und die Suchtselbsthilfe im Allgemeinen sind alle ehrenamtlich tätig. Wie wichtig das Ehrenamt in Deutschland ist, weiß fast jeder. Was es bedeutet, sich in seiner Freizeit mit Suchtkranken zu arrangieren, kann nicht hochgenug eingeschätzt werden. Auch meine Freunde und Bekannten haben großen Respekt vor meiner ehrenamtlichen Tätigkeit. Bei der Frage nach der Fahrtkostenentschädigung allerdings, hört ihr Verständnis auf. Wir haben uns einmal die Mühe gemacht und nachgerechnet, wie viel Cent pro km nötig wären, um die tatsächlichen Kosten zu decken.

Mit eingerechnet waren unter anderem Treibstoff, Steuer, Versicherung, Wartung, Reparaturen und Verschleiß sowie die Anschaffung. Zu Grunde gelegt waren ein Kleinwagen und eine Laufleistung von 300.000 km. Das Ergebnis lag bei über 30 Cent.

Daraufhin nahmen wir uns das Thüringer Reisekostengesetz vor und fanden folgendes:

Die Landesregierung hebt die Wegstreckenentschädigung für Strecken, die der Dienstreisende mit dem privaten KFZ zurücklegt an. Ab 1.1.2015 werden die Sätze für die Wegstreckenentschädigung je gefahrenen Kilometer.

Von 15 Cent auf 17 Cent,

bei zweirädrigen KFZ von 7 Cent auf 9 Cent,

bei Vorliegen erheblicher dienstlicher Gründe von 30 Cent auf 35 Cent,

bei zweirädrigen KFZ von 13 Cent auf 16 Cent angehoben.

Werte Anwesende, ich bin der Meinung, unsere Tätigkeit ist ein erheblicher Grund. Ein erheblicher Grund, von dem die gesamte Gesellschaft profitiert. Wir sollten bedenken, wir Lotsen und alle anderen in der Suchtselbsthilfe tätigen wollen bestimmt nicht reich werden durch das Ehrenamt, zumindest aber sollten die anteiligen Kosten fürs KFZ gedeckt sein. Ich glaube, es ist an der Zeit, dass sich die zuständigen Gremien einmal zusammensetzen, um sich dieser Sache anzunehmen.

