

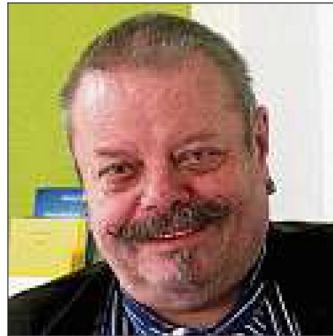
# Hilfe erhalten und weitergeben

Lotsen unterstützen mit eigener Erfahrung beim Weg aus der Sucht. Frank Hübner vermittelt sie

VON VICTORIA AUGENER

**Mühlhausen.** Der Weg zurück ans trockene Ufer ist beschwerlich. Die Strömung stellt sich entgegen, sie zieht, was sie greifen kann, zurück in tiefe Gewässer, bis die Kräfte versiegen. Suchtkranke kämpfen Tag für Tag gegen das Ertrinken, ein Leben lang. Sich retten, können allein sie selbst, doch Suchtlotsten stehen ihnen zur Seite.

„Suchtkranke wollen ernstgenommen werden“, erklärt Frank Hübner. Und niemand kann so gut nachvollziehen, was in ihnen vorgeht, wie Lotsen. Sie waren selbst einmal abhängig, leben nun abstinente und versuchen, Aussteigern die Unterstützung zu geben, die ihnen einst zuteil wurde. Andere sind Angehörige Suchtkranker, die schon einmal den Weg aus der Sucht begleitet haben. Frank Hübner



Von Sömmerda aus reist Frank Hübner durch Thüringen auf der Suche nach neuen Lotsen.

Foto: Victoria Augener

war einer der ersten Lotsen Deutschlands, nun ist er Leiter des Lotsennetzwerks Thüringen. Er bildet ehrenamtliche Lotsen aus und vermittelt sie an Hilfesuchende. Der 61-Jährige ist selbst seit 28 Jahren abstinent

und weiß: „Das Schwierigste ist es nicht, trocken zu werden, sondern ein abstinentes Leben auszuhalten“.

In Thüringen gibt es über 100 Suchtlotsten, doch genug könne es nie geben, sagt Hübner, denn der Bedarf sei groß. Der Lotsen-Vermittler selbst kommt an einem kritischen Punkt ins Spiel: Nach der Entgiftung. 25 Prozent der Suchtkranken kehren nach dem Entzug nicht wieder zur Therapie zurück. Das bestätigt eine Umfrage des Fachverbands für Drogen- und Suchthilfe. 13 Prozent erscheinen alkoholisiert. Um die Brücke von der Entgiftung zur Selbsthilfe zu schlagen, vermittelt Frank Hübner Suchtkranken den Kontakt zu einem Lotsen aus deren Region. Wichtig ist dabei, dass Hilfesuchende selbst den Kontakt zum Lotsen aufnehmen. „Es ist nicht die Aufgabe der Sucht-

lotsten, den Willen zur Veränderung mitzubringen“, stellt Hübner klar. Die Länge der Begleitung variiert zwischen einer Woche bis zu einem Vierteljahr. Doch in der Regel verstehen sich beide schnell, berichtet Hübner. Er hat ein Gespür für Menschen, die zusammenpassen.

Doch ein Drittel der Suchtkranken bricht den Prozess der Selbsthilfe-Suche mit dem Lotsen ab. Und das sei in keiner Weise die Schuld des Lotsen, darin muss Hübner als Projektleiter sie immer bestärken.

„Die Arbeit der Lotsen ist eine Herzenssache. Sie wollen Erfahrungen weitergeben, die ihnen aus der Sucht geholfen haben“, erzählt Frank Hübner.

► Kontakt Frank Hübner per Tel: (0361) 3461746 oder per E-Mail: [lotsennetzwerk@googlemail.com](mailto:lotsennetzwerk@googlemail.com)