luten Niedergang erlebt: Ich hatte Räumungsklagen, war auf der Straße – ich habe immer noch Schulden aus dieser Zeit. Dann kam ein Selbstmordversuch, weil ich nicht mehr weiter konnte. Ich kam ziemlich schnell raus aus der geschlossenen Abteilung und hab gleich danach in Hamburg dreieinhalb Wochen eine Entgiftung gemacht – die war richtig hart und richtig gut. Von da ging es in die Reha nach Lübeck, dort bekam ich den letzten Schliff. Aber ich hatte erstmal keine Wohnung, nix mehr. Zum Glück hab ich in der Reha jemanden kennengelernt...

Sie hatten auch einen Lotsen?

Eine Lotsin! Sie hatte sich in mich verliebt und ich mich auch in sie. Sie hat mich aus der Einsamkeit geholt und mich nach Rostock gelotst, in unsere neue Wohnung. Ich war ja auf Hartz IV! Die Nachsorge hab ich dann hier bei der Caritas gemacht. Seitdem bin ich trocken geblieben – klopf auf Holz... Bei der Caritas kam ich dann mit der Idee des Lotsennetzwerks in Kontakt, das es woanders schon gibt. Und jetzt helfe ich dabei, das Lotsennetzwerk nach Mecklenburg-Vorpommern zu erweitern.

Geht es bei den Lotsen nur um Alkohol?

Unser Schwerpunkt ist die Alkoholabhängigkeit – einfach weil das die härteste Droge ist und gleichzeitig diejenige, an die man am leichtesten herankommt. Aber wir arbeiten auch mit Tablettenabhängigen. Für andere Drogen brauchen wir noch Personal. Das Projekt ist noch jung, wir haben erst im April diesen Jahres mit der Arbeit begonnen.

Woher kommt diese Idee?

Die erste Lotsenstation wurde in Erfurt gegründet. Dort gibt es das schon erfolgreich seit über zehn Jahren, seitdem ist das Lotsennetzwerk in Deutschland ständig gewachsen. Für dieses Jahr hat uns die AOK ausgestattet und wir wollen das Netzwerk in MV mit der Caritas jetzt schnell aufbauen.

Wie wird man denn Lotse?

Man muss selbst mindestens seit zwei Jahren lang trocken sein. Oder clean – wie Sie wollen. Wenn also jemand sagt, dass er – oder sie – ernsthaft von der Droge wegkommen will, dann schreiben der Lotse und der Klient gemeinsam ein Konzept für diesen Weg. Und dann halten sich beide dran. Wir schicken die Abhängigen auf ihren „Goldenen Weg": Der Lotse hilft zuerst bis zur medizinischen Entgiftung. Danach geht es im Regelfall 16 bis 18 Wochen in die Reha. Dazwischen gibt es allerdings derzeit Wartezeiten von ein paar Wochen: In dieser Zeit hilft der Lotse, trocken zu bleiben. Nach der Reha gib es zwei Möglichkeiten. Da gib es die „Adaption" – also die Suche nach einer neuen Arbeit, einer neuen Wohnung... Dafür ist der Lotse nicht mehr zuständig. Das andere Angebot ist die „Nachsorge": Da hilft der Lotse immer wieder bis zum – hoffentlich – letzten Schritt. Das ist dann die Selbsthilfegruppe. Die Begleitung durch den Lotsen kann also über ein Jahr dauern – mit mehr oder weniger intensiven Phasen.

Das heißt, dass der Lotse irgendwann von Bord geht.

Natürlich, das Ziel ist ja Selbständigkeit. Die Krankheit und sich selbst im Griff zu haben. Dann können Lotse und Klient natürlich immer noch befreundet sein. Aber wenn die Klienten in einer Selbsthilfegruppe angekommen sind, ist der eigentliche Lotsen-Job erledigt. Es gibt viele Selbsthilfegruppen verschiedener Organisationen – diese Entscheidung treffen die Klienten selbst.

Und wenn der „Goldene Weg" zur Sackgasse wird?

Dann kann der Lotse schon vorher von Bord gehen. Aber auch bei Problemen lassen wir die Süchtigen nicht fallen. Sondern wir überlegen uns was Neues, vielleicht mit einem anderen Lotsen. Die Gefahr eines Rückfalls besteht ja immer – das kennen die Lotsen ja auch. Auch in diesem Fall müssen die Klienten wieder selbst entscheiden, ob sie nochmal anfangen wollen. Die Sucht ist hartnäckig, kein leichter Gegner. Aber das sind wir Lotsen auch: hartnäckig und stark.

Wie werden denn die Lotsen geschult?

Die erste Schulung übernehme ich selbst in Zusammenarbeit mit der Caritas. Da werden die Ziele festgelegt, die Bereitschaft erkundet, Theorie vermittelt. Und es gibt zweimal im Jahr die bundesweite Schulung des Fachverbandes Drogen und Suchthilfe e.V. aus Erfurt, dem Dachverband des Lotsennetzwerks.

Gibt es Geld für diese Arbeit?

Nein, die Lotsenarbeit ist ein Ehrenamt. Aber die Lotsen bekommen eine Aufwandsentschädigung und einen Ausweis. Damit sie in bestimmten schwierigen Situationen ihre Beziehung zum Klienten erläutern und schneller handeln können.

Und wenn ein Lotse zusammen mit seinem Klienten umfällt?

Diese Herausforderung besteht für Suchtkranke immer – egal ob man als Lotse arbeitet oder Klient ist. Das muss man sich als Alkoholiker immer klarmachen. Da kann einem auch keiner wirklich helfen. Aber der Weg wird mit einem Lotsen vielleicht ein bisschen leichter. Denn der kann den Klienten vorher sagen, was sie besser tun oder lassen sollen.

Michael Höft, danke für das Gespräch. FS

Die Lotsinnen und Lotsen arbeiten mit den Fachkräften der Suchthilfe, der Psychiatrie, der Akutmedizin und und anderen Hilfebereichen zusammen. Wer sich selbst seine Suchtkrankheit eingestanden hat und Hilfe braucht, der kann sich beim Koordinator des Lotsennetzwerks MV melden:
Telefon: 0176 - 137 119 12 oder 0381-252323 beim Fachdienst Suchtberatung der Caritas.
Email: lotsennetzwerk-mv@caritas-im-norden.de