

# Wegweiser aus der Sucht – Das Lotsen-Netzwerk in der Selbsthilfe

Lars Bieback\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Suchtselbsthilfe, Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e.V., Hamburg, Deutschland

\* Korrespondenz, E-Mail: [Lars.Bieback@caritas-im-norden.de](mailto:Lars.Bieback@caritas-im-norden.de)

© 2025 Lars Bieback; Lizenznehmer Infinite Science Publishing

Dies ist ein Open-Access-Abstract, das unter den Bedingungen der Creative Commons Attribution License veröffentlicht wird, welche uneingeschränkte Nutzung, Verbreitung und Reproduktion in jedem Medium erlaubt, sofern das Originalwerk ordnungsgemäß zitiert wird.

(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)

## Hintergrund

Für suchtkranke Menschen ist das Lotsennetzwerk ein Angebot, Hemmungen abzubauen, Scham zu überwinden und den Zugang zum Hilfesystem zu finden.

Initiiert vom Landesnetzwerk Suchtselbsthilfe MV, einem Zusammenschluss aller aktiven Selbsthilfeverbände und freien Suchtselbsthilfegruppen sowie den Selbsthilfekontaktstellen in Mecklenburg-Vorpommern, in Kooperation mit der Landeskoordinierungsstelle (LAKOST) wurde das Lotsennetzwerk MV entwickelt. Sucht-Selbsthilfe wird ehrenamtlich organisiert – von Betroffenen für Betroffene.

## Erläuterungen

In diesem Vortrag wird das Konzept der Lotsen-Netzwerke beleuchtet. Ehemals Betroffene oder Angehörige mit langjähriger Stabilität werden geschult, um als ehrenamtliche Lotsinnen und Lotsen Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen niedrigschwellig zu begleiten. In enger Kooperation mit Fachkräften der Suchthilfe unterstützen sie an Übergängen zwischen Selbsthilfe, professioneller Versorgung und weiteren Hilfesystemen (z.B. Psychiatrie, Bewährungshilfe, Schuldnerberatung). Die Tätigkeit der Lots:innen hilft Abhängigkeitsphasen zu verkürzen. Sie stabilisiert Betroffene längerfristig in der Suchtselbsthilfe und vermeidet somit erhebliche Folgekosten für das Gesundheitssystem. Ähnliches gilt für die Arbeit mit Angehörigen von Betroffenen diese finden Rat und Unterstützung in den Selbsthilfestrukturen oder erhalten frühzeitig Zugang zu professionellen Hilfsangeboten.

## Ergebnisse

Ziel von Lotsen-Netzwerken ist es, Zugangsbarrieren abzubauen, Rückfälle zu verhindern und den „Drehtür-Effekt“ zu durchbrechen. Durch ihre Betroffenenkompetenz ermöglichen sie Begegnung auf Augenhöhe – ein entscheidender Erfolgsfaktor für eine gelingende Kontaktaufnahme und nachhaltige Stabilisierung. Durch die Verankerung in der Suchtselbsthilfe ergeben sich auch deutliche Ersparnisse im Bereich der gesundheitlichen Folgekosten bei Suchtmittelabhängigkeit, wie in der 2017 erschienenen Statistik der Selbsthilfeverbände deutlich geworden ist. "Aus der Erhebung ergab sich, dass gut jeder fünfte Suchtkranke durch die Selbsthilfegruppe abstinent geworden ist und kein Angebot der beruflichen Suchthilfe nutzen musste. Insgesamt wurde deutlich, dass die Sucht-Selbsthilfe eine wertvolle Arbeit leistet und dazu beiträgt, dass Suchtkranke abstinent bleiben und nicht zuletzt Behandlungserfolge aus der beruflichen Suchthilfe gesichert werden. So blieben 87 % der Suchtkranken ohne Rückfall. Nur 13 % wurden rückfällig.

## Diskussion und Schlussfolgerung

Der Vortrag versteht sich als praxisnaher Beitrag zur fachlichen Diskussion. Ziel ist es, Einblicke zu geben.

## Offenlegung von Interessenskonflikten sowie Förderungen

Ich erkläre, dass während der letzten drei Jahre keine wirtschaftlichen Vorteile oder persönlichen Verbindungen bestanden, die die Arbeit zum eingereichten Abstract beeinflusst haben könnten.