

BNN, 02.09.25

Neues Leben nach dem Absturz

Nicole S. verlor alles – Wohnung, Kind, Halt: Wie eine Mutter in Karlsruhe Sucht und Wohnungslosigkeit besiegte

Von Gerhard Wolff

Für Menschen, die fest in einem Sucht-Wohnungslos-Kreislauf stecken, ist es sehr schwer, diesen zu durchbrechen. Professionelle Hilfe kann hier wichtige Akzente setzen.

Karlsruhe. Nicole S. erzählt so bewegt, wie ihr Leben bislang verlaufen ist. Sie springt von hier nach dort, dann wieder vor und noch einmal zurück. In einem Moment aber hält die Frau längere Zeit inne, ehe sie sagt: „So gut wie jetzt ging es mir letztmals, als mein Sohn geboren wurde.“

„Ich habe phasenweise nur noch gesoffen.

Nicole S.

über ihr Leben im Sucht-Kreislauf

Das ist jetzt 20 Jahre her. Rund 15 davon waren geprägt von immer neuen Abstürzen, einem Leben im Alkoholrausch und ohne eigene Wohnung, von vielen Abs und wenigen Auf's – mehr und mehr verlor die heute 46-Jährige jeglichen Halt. Den Halt, den sie erst in Karlsruhe mit Unterstützung wieder fand. Davor aber war Nicole S. am Tiefpunkt angekommen, „im Knast“, wie sie sagt.

Ihren Fall bis in eine dauerhafte Wohnungslosigkeit schildert die gebürtige Sächsin teils schonungslos. „Ich habe phasenweise nur noch gesoffen“, sagt Nicole S., die eigentlich anders heißt. Aber sie will ihre Vergangenheit gerade auch in ihrem neu gefundenen Berufsumfeld hinter sich lassen. Deswegen heißt sie in diesem Text eben Nicole.

„Ich hatte eine schöne Wohnung, ein Auto vor der Tür, ein hübsches Kind“, sagt sie im Rückblick. In Freiburg wohnte die gelernte Hotelfachfrau damals. Der Absturz begann schleichend in den Jahren nach der Geburt ihres Sohnes. Und irgendwann: war alles weg.

Nicole S. begann zu trinken, alleine zu Hause. Warum? Sie zuckt mit den Schultern. Am Anfang sei es eine Flasche Sekt am Tag, dann mehr und immer härterer Alkohol gewesen. Als der Vater des Kindes seinen Job verlor, nicht mehr arbeiten ging, verschärfte sich die Situation. Schließlich nahm das Jugendamt ihr das Sorgerecht für ihren Sohn, er kam bei Pflegeeltern unter. „Da bin ich abgehauen“, sagt sie.

Nicole S. war ein paar Jahre in Ulm, dann wieder in Freiburg. Falsche Freunde, gescheiterte Therapien, immer wieder flog sie auch aus betreuten Obdachlosenheimen, hauste mal hier, mal dort – so lesen sich die Jahre im Zeitraffer. Sie fiel immer tiefer. Nicole S. fand zwar immer wieder auch mal Arbeit in der Gastronomie, verlor die Jobs meist aber schnell wieder. Eine eigene

Wohnung hatte sie seither nicht mehr. Irgendwann, fest im Sucht-Wohnungslosen-Kreislauf, führte sie ihr Weg über einen Bekannten nach Karlsruhe. Und weil sie, um an Alkohol zu kommen, Getränke immer öfter kauft, landete sie hier schließlich im Gefängnis.

„Ich hatte niemanden mehr“, sagt sie im Rückblick an jene Zeit. Kontakt etwa zu ihren Eltern hatte sie schon lange nicht mehr, sie war als Jugendliche von ihnen herausgeschmissen worden – zu viele Partys, zu viele Drogen. Nicole S. war, was Suchtgefahren angeht, also durchaus vorbelastet. Der Tiefpunkt, der Aufenthalt im Gefängnis, markiert, Stand heute, den Wendepunkt. „Seither trinke ich nichts mehr“, sagt Nicole zu ihrem Gefängnisaufenthalt vor drei Jahren. Dort habe sie von heute auf morgen keinen Zugang mehr zu Alkohol gehabt, „der Entzug war heftig“. Aber durch die Haft habe sich etwas bei ihr „im Kopf verändert“, erzählt sie: „Ich hatte kein Verlangen mehr, zu trinken.“

In dieser Zeit wurde sie auf Sozpädal aufmerksam. Der Karlsruher Verein „Sozialpädagogische Alternativen“ kümmert sich in einem seiner Projekte um Wohnungslose: „BOW – „BürgerInnen ohne Wohnung“ heißt das Programm. „Im Dezember 2023 saß Frau S. hier bei uns in der offenen Sprechstunde“, berichtet Philipp Joos von Sozpädal. Nicole S. wusste, dass sie es alleine nicht schaffen würde. Sie wollte sich helfen lassen. Und fand bei Joos (Foto: Gerhard Wolff) und Sozpädal die Unterstützung, die sie herausholen sollte aus dem ewigen Kreislauf.

Der ist aus Sicht des Sozialarbeiters Joos durchaus typisch. Und alles andere als ein Einzelfall. Immer mehr Menschen sind auch in Baden-Württemberg von Wohnungslosigkeit betroffen, mindestens 94.550 waren es nach der neuesten Erhebung des Statistischen Bundesamtes. Und das sind nur die, von denen man weiß. „Die Dunkelziffer ist erheblich“, stellt das Amt fest. Dazu kommen der extrem umkämpfte Wohnungsmarkt, die teils horrenden Preise.

Erkrankungen, Verschuldung, Trennung, Schicksalsschläge, Sucht – die Gründe sind vielfältig, das erleben auch Joos und seine Kolleginnen und Kollegen bei Sozpädal im Rahmen des BOW-Projekts. Die Menschen, die zu ihnen kommen, eine, „dass sie viel hinter sich haben und dass sie ihre persönlichen Krisen nicht mehr selbst bewältigen können“, sagt Joos. Manche treffe es auch aus heiterem Himmel, werfe ein Schicksalsschlag Menschen aus ihrem bis dahin so „geradlinigen“ Leben – und eben so auch aus der eigenen Wohnung.

Sozpädal hat auf dem freien Markt und bei der Volkswohnung Karlsruhe Wohnungen angemietet und vermietet diese weiter, fast 400 Mietverhältnisse sind das derzeit. Eine Bedingung ist, dass Betroffene von der Stadt als Wohnungslose anerkannt sind. „Und dass sie sich darauf einlassen, Themen wie Sucht oder andere Problematiken zusammen mit uns zu bearbeiten“, sagt Joos. Sozpädal begleitet seit 1983 innerhalb von „BOW“ Betroffene, unterstützt sie bei Behördengängen und hilft ihnen, wieder selbstständig zu wohnen – und zu leben. „Ohne unsere Unterstützung würde das eher nicht gut gehen“, stellt Joos fest.

Nicole S. hatte sich auch selbst über Inserate für Wohnungen beworben. Manchmal hatte sie ihre Situation verschwiegen, manchmal nicht. Einen Besichtigungstermin bekam sie nie. „In einer solchen Situation auf dem freien Markt eine Wohnung zu finden, ist ein absoluter Zufallstreffer“, sagt Joos. Dank Sozpädal konnte Nicole S. im April 2024 zusammen mit ihrem heutigen Lebensgefährten, den sie in der Wohnungslosen-Unterkunft kennenlernte, eine Wohnung beziehen. Nach mehr als zehn Jahren in diversen Notunterkünften und Heimen. „Das Schönste war: endlich Privatsphäre! Und eine eigene Küche, ein eigenes Bad“ – Nicole S. strahlt beim Aufzählen. Die Gemeinschaftsküchen und die gemeinschaftlich genutzten Bäder, das sei für sie immer das Schlimmste in den Unterkünften gewesen.

Seit mehr als zwei Jahren hat sie einen festen Job in einer Bäckerei, im Service-Bereich. Seit dem Tod ihres Vaters vor zwei Jahren hat sie zudem wieder einen engen Kontakt zu ihrer Mutter. Und seit Nicole S. ihre eigene Wohnung hat, kommt auch ihr Sohn sie wieder regelmäßig besuchen. Und sie hat Sozpädal an ihrer Seite. „Das alles zusammen gibt mir Halt“, sagt Nicole S., und genau das nährt ihre eigene Zuversicht. Sie traue dem Frieden, der bei ihr im Leben ja oft brüchig gewesen sei, sagt sie voller positiver Energie.

Aus Sicht von Sozpädal ist das bestmögliche Ende ihrer Unterstützung, wenn die Menschen, die ihre Hilfe in Anspruch genommen haben, irgendwann wieder so stabil im Leben stehen, dass sie den nächsten, eigenständigen Wohnungs-Schritt machen können – und so die Wohnung für andere frei wird.

Bei Nicole S. hat Joos ein gutes Gefühl. Und die 46-Jährige selbst hat ein festes Ziel vor Augen. „Eine Wohnung mit Balkon, vielleicht einem kleinen Garten“, sagt sie. Kommt Nicole S. dort an, geht es ihr womöglich so gut wie noch nie in ihrem Leben.