

Thomas Keim ist alkoholkrank und koordiniert acht Selbsthilfegruppen

4. Juni 2018

Kampagne UNERHÖRT! - Freiwilliges Engagement - Sucht im Alter

Thomas Keim leitet ehrenamtlich eine Selbsthilfegruppe und koordiniert alle Gruppen in der Suchthilfe vom Blauen Kreuz der Evangelischen Kirche Ortsverein Osnabrück. Er wünscht sich weniger Bürokratie bei dieser Arbeit. Lesen Sie seine Geschichte!

Thomas Keims Geschichte zum Nachlesen

Mein Name ist Thomas Keim, ich bin 51 Jahre alt, ehrenamtlich bin ich Gruppenleiter einer Selbsthilfegruppe hier in Osnabrück, seit zehn Jahren bin auch der Vorsitzende, das Blaue Kreuz ist ne Sucht-Selbsthilfeeinrichtung, ich bin selber alkoholkrank, hab ne Entgiftung gemacht, dann noch ne Entgiftung, weil's nicht geklappt hat, hab dann ne Langzeittherapie gemacht, und während der Langzeittherapie wurde man angeregt auch ne Selbsthilfegruppe zu besuchen. Das hat mir eigentlich ganz gut gefallen und bin ich einfach auch hängen geblieben.

Für mich war damals entscheidend, da ich durch die Alkoholsucht auch finanziell ziemlich am Boden war, dass ich im Blauen Kreuz nicht Mitglied werden muss. Also ich kann einfach hingehen und werde nicht bedrängt mit irgendwelchen Mitgliedsbeiträgen, das habe ich dann, nachdem ich zwei Jahre abstinent war, gemacht, wo es mir besser ging.

Es ist eigentlich gar nicht so wichtig, was obendrüber steht, es sind die Menschen, mit denen ich da klarkommen muss, und das hat hier gepasst. Also für mich ist es ganz klar, ich wäre bestimmt nicht mehr abstinent, wenn ich nicht zur Selbsthilfegruppe gehen würde.

Das sind acht Selbsthilfegruppen, für die ich dann verantwortlich bin, die Organisation von Freizeitaktivitäten, dass wir Grillabend oder Weihnachtsfeier zusammen machen, dass irgendwelche Emails zu beantworten sind, sind auch viele Anrufe von Leuten, die einfach nach Hilfe suchen, von verzweifelt bis traurig bis betrunken. Ich versuche dann, einfühlsam zu sein und gib die Ratschläge, die ich meine, geben zu können. Also es ist auch abends um elf zwölf Uhr, wobei ich sagen muss, die Nachtruhe halte ich ein, dann gehe ich auch nicht mehr ans Telefon.

Verwaltung frisst natürlich ganz viel Zeit auf, da sind Anträge zu stellen und Protokolle zu schreiben, und wünschen würde ich mir, dass die Verwaltung für Selbsthilfegruppen einfacher wäre. Wir haben drei ältere Gruppenleiterinnen, die zum Teil schon 35 Jahre dabei sind. Von denen eine Umarmung oder ein Lob zu kriegen, ist mir auch immer ganz wichtig und ne Motivation, weiter zu machen.

Text und Audio: Evangelischer Kirchenfunk Niedersachsen/Katja Jacob