



## Grußwort

Kaum eine Erkrankung wird von den Betroffenen als derart einschneidend empfunden wie eine depressive Störung, insbesondere bei schwerem und langwierigem Verlauf mit Verlust jeglicher Lebensenergie und auch nicht selten des Lebenswillens. Besonders quälend sind neben der tiefen Bedrücktheit Versagensängste, Schuldgefühle und Selbstvorwürfe, von denen sich die Betroffenen nicht frei machen können. Sie stellen auch für die Angehörigen eine enorme Belastung dar, die neben dem Gefühl der Ohnmacht oft auch widersprüchlichen Impulsen ausgesetzt sind: dem Wunsch zu helfen und dem schuldbesetzten Bedürfnis nach Abgrenzung, um dem depressiven Sog zu enttrinnen.

Dank der vielfältigen therapeutischen Angebote, die von antidepressiven Medikamenten über psychotherapeutische Gespräche bis hin zu rehabilitativen Maßnahmen reichen, können die meisten depressiven Erkrankungen erfolgreich behandelt werden. Einen ganz besonderen Halt und wesentliche Hilfestellung bei der Auseinandersetzung mit einer schweren Behinderung finden Betroffene wie ihre Angehörigen erfahrungsgemäß jedoch in Selbsthilfegruppen. Ihr Beitrag bei der Rückgewinnung und Erhaltung von Lebensfreude, der Akzeptanz der Erkrankung und der aktiven Rückkehr in die soziale Gemeinschaft, kann nicht oft genug hervorgehoben werden. Denn besonders bei sozialer Isolation und dem Gefühl, allein gelassen zu sein, entwickelt sich eine verhängnisvolle, mitunter zerstörerische Eigendynamik.

Ich kann Ihnen daher nur meine höchste Anerkennung für Ihre Bemühungen um einen flächendeckenden Ausbau von Selbsthilfegruppen in Deutschland für Menschen mit Depressionen und Ängsten aussprechen und wünsche Ihnen für die Zukunft viel Erfolg.

Dr. Wolfgang Schuster