

Balance will Betroffenen helfen, Ängste abzubauen

Verein für Depressions-Erkrankte im Kreis gegründet: Unterstützung der Selbsthilfe und Vermittlung von Kontakten

Winnenden/Backnang - Ein Verein für Menschen, die unter Depressionen leiden, hat sich in Winnenden gegründet. Die Gründer von „Balance“, so der Vereinsname, sind allesamt Teilnehmer der drei Selbsthilfegruppen Depressionen und Ängste im Rems-Murr-Kreis und haben selber bereits zahlreiche leidvolle Erfahrungen machen müssen.

Gerade aus der Berichterstattung der Krankenkassen ist die Notwendigkeit der Selbsthilfe in diesem Bereich erkennbar. Im aktuellen BKK Gesundheitsreport beispielsweise liegt das besondere Augenmerk auf psychischen Erkrankungen, denen mittlerweile im Krankheitsgeschehen eine herausgehobene Bedeutung zukommt. In einer Pressemeldung der GEK vom 11. Mai lautet die Überschrift: Depression wird zur Volkskrankheit.

In den letzten Jahren hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, dass die Arbeit von

Selbsthilfegruppen eine sinnvolle, wenn nicht notwendige Ergänzung medizinisch-therapeutischer Ansätze darstellt. Dabei unterstützt Selbsthilfe vor allem die qualifizierte Krankheitsbewältigung durch die Befähigung zu einem kompetenten und sicheren Umgang mit dem Gesundheitssystem. Gesundheitsbezogene Selbsthilfe ist eine wesentliche Ergänzung zur professionellen medizinischen Versorgung und kann bestehende Mängel wirksam korrigieren.

Den Schwierigkeiten bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe gerade bei diesen Krankheiten Depressionen und Ängsten möchte sich der Verein Balance annehmen. Die Krankheit bringt leider mit sich, dass es in diesem Bereich so gut wie keine Selbsthilfegruppen gibt.

Der Verein hat sich zum Ziel gesetzt, Menschen mit Depressionen und Ängsten zu helfen durch die Unterstützung bereits vorhandener Selbsthilfegruppen, durch die Mithilfe bei der Gründung neuer Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige

und Öffentlichkeitsarbeit, welche zu einem besseren Verständnis der Krankheit und zum Abbau von Tabus beitragen soll. Der neue Verein versteht sich absolut nicht als Konkurrenz zu bestehenden Organisationen oder Gruppen.

Unter dem Dach von Balance sollen flächendeckend Selbsthilfegruppen zu Depressionen und Ängsten zu finden sein. Oberstes Ziel ist die gemeinsame Bewältigung von Depressionen in all ihren Erscheinungsformen.

Gemeinsamer Aufbau neuer Sozialkontakte

In einer Selbsthilfegruppe treffen sich Betroffene oder Angehörige zum gegenseitigen Erfahrungsaustausch, zur gemeinsamen Suche nach möglichen Bewältigungsformen, aber auch, um von einer Gruppe Gleichbetroffener getragen zu werden. Die Selbsthilfegruppen ermöglichen Betroffenen und Angehörigen den Aufbau von

neuen sozialen Kontakten. Balance vermittelt Informationen über Entstehung, Verlauf und Therapiemöglichkeiten von Depressionen. Der Vorsitzende des Vereins, Günter Schallmüller (selbst über 30 Jahre in der gesetzlichen Krankenversicherung tätig) geht von einer breiten Unterstützung der Krankenkassen aus. Krankenkassen sind gesetzlich verpflichtet, jedes Jahr eine bestimmte Summe für die Selbsthilfeförderung bereitzustellen, in diesem Jahr 55 Cent pro Versichertem.

Bei manchen Krankenkassen ist die Selbsthilfeförderung ein zentrales Anliegen. Leider, so der Vize, sei das aber noch keine Selbstverständlichkeit: Im Jahr 2004 gaben die gesetzlichen Krankenkassen im Durchschnitt 38 Cent pro Versichertem aus, was gerade mal einer 70-prozentigen Ausschöpfung des Budgets gleichkommt, wird bemängelt.

Kontaktadressen: Verein Balance, Eugenstrasse 35, 73614 Schorndorf; E-Mail: depri_jaweg@web.de