

„Depressionen sind eine Volkskrankheit“

Erster Selbsthilfeverein im Rems-Murr-Kreis – Stigmatisierung von Betroffenen abbauen

SCHORNDORF. Depressionen sind eine schwere Krankheit. Die Zahl der Betroffenen nimmt stetig zu. „Depressionen sind auf dem Weg zur Volkskrankheit Nummer eins“, sagt Günter Schallermüller, der den Selbsthilfeverein Balance in Schorndorf initiiert hat.

Von Thomas Schwarz

Der 56-jährige Günter Schallermüller ist in Schorndorf kein Unbekannter, sowohl durch seine jahrzehntelange Tätigkeit für Krankenversicherungen, als auch durch sein Engagement im Sport. Vor einem Jahr wurde er durch seine Wanderung auf dem Jakobsweg von den Pyrenäen nach Santiago de Compostela und weiter zum Kap Finisterre noch bekannter: mit rot gefärbten Haaren legte er den 900 Kilometer langen Weg in knapp vier Wochen zurück, berichtete von seinen Erfahrungen regelmäßig in der Lokalzeitung. Aufgebrochen war er, nachdem er aus dem Zentrum für Psychiatrie in Winnenden entlassen worden war. Mit seiner Krankheit, Depressionen, geht Schallermüller offensiv um, was keine Selbstverständlichkeit ist. „Viele schämen sich, ihre Krankheit zu benennen.“

Nach wie vor sei das Bild der Depressiven in der Gesellschaft von Vorurteilen geprägt. Wer in der Psychiatrie war, wird stigmatisiert. „Ein Mitpatient hat mir erzählt, er sage, dass er im Urlaub gewesen sei.“ Auch Angst, Schwächen in unserer Leistungsgesellschaft zuzugeben, sei ein gewichtiger Grund für das Schweigen. Gegen Vorurteile mit mehr Aufklärung vorzugehen, dazu wurde der Selbsthilfeverein Balance gegründet. Dass ein Bedarf vorhanden gewesen sei, habe er gewusst, sagt Schallermüller. „Aber dass er so groß war, hätte ich nicht im Traum gedacht.“

Beim Landratsamt habe er sich nach Selbsthilfegruppen erkundigt. Es waren jedoch keine bekannt. Also initiierte er selbst eine Gruppe. „Es kamen mehr als 40 Betroffene. Wir haben dann drei Gruppen daraus gebildet, eine in Waiblingen, eine in Schorndorf und eine in Winnenden.“ Dort, im Schlosscafé, wurde ein Jahr später der Verein gegründet. Dieser erfüllt mehrere Funktionen. Zum einen sind da die Gruppen, die sich regelmäßig treffen. „Dabei muss ganz klar gesagt werden, dass diese keine Therapie, keine Medikamente oder den Arzt ersetzen“, betont Günter Schallermüller. Allerdings erfahren die Teilnehmer diese als Stütze, als zusätzliche Hilfe in ihrer Krankheit.

Diese wirke sich auch auf die Vereinsarbeit aus. „Wir sind alle depressive Menschen in verschiedenen Stadien der Krankheit“, erklärt er. Der Umgang miteinander verlange deshalb besonders viel Fingerspitzengefühl, insbesondere von jenen, die Funktionen im Verein übernehmen. „Diese sind alle bereit, in die Öffentlichkeit zu gehen.“ Arbeit gibt es für sie genug. Neben der Öffentlichkeitsarbeit versucht Balance eine Plattform für andere Selbsthilfegruppen für Depressive zu bilden. Es gebe sicher schon einige solcher Vereinigungen. Sie wolle Balance in ein Verzeichnis aufnehmen, damit es Hilfesuchende einfacher haben, was bei Depressiven sehr wichtig sei. „Mit dieser Krankheit gibt man die Suche viel schneller auf.“

Die Zahl der Erkrankten sei in den vergangenen Jahren stark angestiegen, sagt Schallermüller. Er habe den Vorteil, dass seine Familie hinter ihm stehe und ihn unterstütze. Anderen Depressiven gehe das nicht so. Falsche Klischees und Vorurteile seien nach wie vor im Umlauf. Diese durch Aufklärung zu beseitigen, wird keine leichte Aufgabe sein.

■ Den Verein Balance erreicht man im Internet unter www.depressionen-selbsthilfe.de oder am Telefon unter 0 71 81/92 32 32