

Der Verein BALANCE wurde am 02.09.2006 von Teilnehmern der ersten drei Gruppen im Rems-Murr-Kreis gegründet.

Die Krankheit Depressionen / Ängste bringt es leider mit sich, dass sich die Teilnehmer der Gruppen nicht in der Öffentlichkeit bewegen wollen. In den Gruppen selber soll auch keinerlei Öffentlichkeitsarbeit etc. gemacht werden, da viele Teilnehmer damit ein großes Problem haben. In den Gruppen geht es ausschließlich um die Probleme der Teilnehmer.

Die Aufgabe der Öffentlichkeitsarbeit, der Gründung von neuen Gruppen, Pressearbeit, Veranstaltungen, gemeinsame Aktivitäten und noch einiges mehr ist die Aufgabe des Vereines BALANCE. Dort kann sich jeder einbringen, wie er in der Lage ist. Die Teilnahme an den Gruppen ist allerdings nicht von einer Vereinsmitgliedschaft abhängig.

Der Verein koordiniert auch die Gruppen – schaut nach geeigneten Gruppenverantwortlichen und hat ein Auge darauf, dass sich egal wer, nicht wieder in eine Überforderung hinein bewegt. Wertschätzung und Achtsamkeit ist das oberste Gebot im Verein und auch in den Gruppen.

Sei Beginn des Jahres 2007 wird in den Gruppen Themenarbeit gemacht. Das bedeutet, dass Probleme von den Teilnehmern weggenommen werden und als Thema behandelt werden. Das hat den großen Vorteil, dass sich jeder Teilnehmer unabhängig von seinem eigenen Problem einbringen kann. Themen sind z.B. Überforderung, Trennung, Kränkungen, Tod, Eltern, Medikamente, Behandlungsmöglichkeiten aber auch Selbstwertgefühl, Ich kann was! und vieles mehr.

Zusammenfassend

Innerhalb eines Jahres / Start war März 2006 wurden im Rems-Murr-Kreis ausschließlich von Betroffenen – zunächst drei Gruppen, dann der Verein und anschließend weitere Gruppen gegründet.

Stand 12/2008 bestehen Gruppen im Rems-Murr-Kreis 9 Gruppen, Kreis Göppingen(1) und Stuttgart (3). Im Frühjahr 2009 werden weitere Gruppen in Stuttgart, Esslingen, Göppingen, Ludwigsburg und Schwäbisch Gmünd folgen. Die Planungen laufen derzeit.

Vergleich zu Baden-Württemberg

Laut einer Anfrage durch den Verein bei den Kontaktstellen in Baden-Württemberg gibt es in Ba-Wü. ca. 20 Gruppen Depressionen und 30 Gruppen Ängste. Diese sind nicht koordiniert und haben auch keine Querkontakte zueinander. Außerdem wird keinerlei „Arbeit“ nach außen betrieben. Gemessen an den Zahlen im Rems-Murr-Kreis viel zu wenig. Notwendig wären ca. 220 Gruppen.

Ziel des Vereines BALANCE ist es zunächst in Baden-Württemberg für ein flächendeckendes Netz an Gruppen zu sorgen und entsprechende Öffentlichkeitsarbeit zu machen.

Es ist ein großer Unterschied ob dieses von Betroffenen für Betroffene gemacht wird oder aber von außerhalb. Die Akzeptanz ist viel, viel größer. Sämtliche Hintergründe sind öffentlich auf der Internetseite www.depressionen-selbsthilfe.de hinterlegt. Bei Fragen oder auch zu einem persönlichen Gespräch stehen wir jederzeit gerne zu Verfügung.

01.01.2009

Günter Schallennmüller