



Persönliche Daten

Günter Schallenmüller; Jahrgang 1956; verheiratet; 3 Töchter; 1 Hase; 1 Wüstenrennmaus; 1 Hund namens Pia seit meiner Krankenhausentlassung, 1 Hausgespenst namens Tadäus Nepermuk

Hobbys

Familie * Schreiben * Laufen * Pilgern * Lesen * Fotografieren (Handy) * und noch so ein paar Sachen * (gelingt aber meistens nicht in der notwendigen ausgewogenen Form).

Beruflicher Werdegang

1973 Beginn Ausbildung zum Sozialversicherungsfachangestellten (Krankenkasse).

Geschäftsstellenleiter * langjährige Vertriebserfahrung *

2001 Wechsel des Arbeitgebers * Vertriebsleiter * Geschäftsbereichsleiter Beiträge *

2005 Zwangsfusion der Kasse * Geschäftsstellenleiter und Abteilungsleiter *

Beendigung des Arbeitsverhältnisses zum Juni 2006

Krankheit Depression

2001 Erstmals bewusst aufgetreten - vermutlich aber schon früher (unbemerkt)

Mai 2005 - Oktober 2005 Arbeitsunfähigkeit und dabei stationäre Behandlung vom 16.06. - 02.09.2005 im Psychiatrischen Landeskrankenhaus Winnenden.

. . . weiter bis heute mit unterschiedlicher Stärke. Weiter laufend in Behandlung und laufend Einnahme von Antidepressiva.

2009 / 04 Rückschlag und erneut auf den Jakobsweg

2011 / 06 Schwerer Rückschlag mit stationärem Aufenthalt

Zwischenzeit

Nach der Entlassung aus dem Krankenhaus, ging es am 01.11.2005 den gesamten November – den Depressionsmonat - auf die Pilgerschaft auf dem spanischen Jakobsweg von Saint-Jean-Pied-de-Port nach Santiago de Compostela.

Gründe waren damals:

- Auf die Stigmatisierung von der Krankheit Depression aufmerksam machen. Betroffenen Mut zusprechen – nicht aufzugeben
- Eine Gruppe gründen.

Nach der Rückkehr – 900 km waren geschafft – erfolgte im Februar 2006 eine Pressemeldung wegen Gründung einer Gruppe. Der Boden war durch Pressemeldungen vom Jakobsweg bereitet. Es meldeten sich so viele Interessierte, dass gleich drei Gruppen entstanden.

Ein Jahr nach der Krankenhausentlassung wurde am 02.09.06 der Verein BALANCE e.V. von Teilnehmern der ersten drei Gruppen gegründet.

Bis 2012 wurden von mir über 25 Selbsthilfegruppen in verschiedenen Landkreisen gegründet. Mehr dazu auf der Homepage zur Selbsthilfe New Balance (siehe unten).



Sonstiges

Am 02.09.2007 erfolgt die Abschlussprüfung zum dipl. Familien- und Konfliktberater / Mediator in der Wiesbadener Akademie für positive Psychotherapie (Gründer Prof. Dr. Nossrat Peseschkian).

Mitte Dezember 2007 erscheint das Buch „Zeitenwende“ (das Buch schildert die Ereignisse des Jahres 2005) über den Mauerverlag. Die Fortsetzung - das Buch mit dem Titel "Ich will! ist öffentlich ebenfalls auf der Homepage zu den Gruppen hinterlegt.

2010 / 07 wird eine einjährige Achtsamkeitsausbildung abgeschlossen.

2011 / 05 New Balance "Eine Initiative von Betroffenen für Betroffene"

2011 / 09 beginnt erneut eine weitere Ausbildung!

Weitere Bücher

- April 2008 "Die Rückkehr"
Jakobsweg in Spanien „Camino Primitivo“ von Oviedo - nach Santiago de C.
- Sommer 2009 - "Die Seele hat Vorfahrt!" von Flensburg - Konstanz
- Sommer 2011 - "Das 5. Jahr!"
- Herbst 2011 - "Die schwarze 8"

Wahlspruch

„Betrachte den Menschen als ein Bergwerk voller Edelsteine
von unschätzbarem Wert!“

(von der Wiesbadener Akademie für positive Psychotherapie)

Lieblingsworte

Wertschätzung + Achtsamkeit + Akzeptanz

Heute

- Ehrenamtlicher Pilgerberater Jakobsweg
- Camino France * Camino Primitivo * Kap Finistere * Camino Norde
- Dipl. Familien- und Konfliktberater / Mediator * Akademie WIAP
- Gründer von Selbsthilfegruppen Depressionen und Ängste * Vorsitzender BALANCE e.V. bis 9.4.2011
- New Balance "Eine Initiative von Betroffenen für Betroffene"
- Buchautor: Zeitenwende
- Führerschein- und Schlossbesitzer
- Einjährige Achtsamkeitsausbildung

Homepages



New BALANCE



Autor-gs



konflikt-coaching-gs