



Foto: Wolfgang Wick

Tätigkeitsbericht der Maaßen-Stiftungs-gGmbH für das Jahr 2020

Die Maaßen-Stiftungs-gGmbH ist gemäß ihrer Satzung operativ und fördernd tätig. Im Folgenden berichten wir über die Aktivitäten 2020.

I. Selbstständige operative Tätigkeit der gGmbH

I.1 Beratungsstelle „Burn-out – Brücke Beratungsstelle Dreiland (BoB)“:

Beratungen:

Im Jahr 2020 wurden 47 Personen in persönlichen und/oder beruflichen Krisen beraten. (Zum Vergleich: 2019 waren es 39 Personen; 2018: 30). 10 Personen suchten in beiden Jahren Rat.

Das Alter lag zwischen 19 und 60 Jahren.

Von den Ratsuchenden nahmen 17 eine einmalige Beratung (2019 22) in Anspruch, 30 Personen mehrere Beratungen (2019: 17). Von denen, die mehrere Beratungen in Anspruch nahmen, holten sich 20 Personen 2-5 mal, 6 Personen 6-9 mal und 4 Personen 10-29 mal Begleitung.

103 ausführliche Beratungsgespräche fanden am Telefon statt, 93 im Rahmen eines persönlichen Gespräches in der Beratungsstelle in Steinen.

Folgende Anliegen führten zum Beratungswunsch:

- Burn-out, akute Überlastung, akute Depression – Suche nach schneller Hilfe/Entlastung: 22
- Mobbing am Arbeitsplatz; berufliche Probleme: 10
- Erschöpfung durch Erkrankung/Pflege von Angehörigen: 4
- Begleitung in einer akuten Krise: 3
- Längere Begleitung, da kein Psychotherapieplatz gefunden wurde: 2
- Integration nach einem erlittenen Burn-out: 2
- Überbrückung bis zu einem Psychotherapieplatz: 1
- Überbrückung bis zum Klinikaufenthalt: 2
- Trauerprozess nach Verlust eines Angehörigen: 1

I.II Kooperationen

Kooperation mit der **Diözese Augsburg** in der Lehrerseelsorge zur Beratung für katholische kirchliche Lehrer*Innen: Leider wurden im Rahmen dieser Kooperation keine Beratungen angefragt.

Mit der **Caritas Lörrach** wurde – wie schon in den Vorjahren – im September ein Training für Ehrenamtliche durchgeführt, die mit dementiell erkrankten Menschen und ihren Angehörigen arbeiten. Das Training hatte das Thema: „Entlastungsstrategien und Selbstfürsorge“ und diente der psychischen Gesundheit der Ehrenamtlichen. Pandemiebedingt mussten alle anderen Termine ausfallen.

Mit der **Kirchlichen Sozialstation Südl. Markgräflerland e.V./Diakonie** mussten leider pandemiebedingt alle Termine ausfallen.

2020 konnte zusammen mit dem Psychiater Dr. Eckhard Danegger ein Selbsthilfeprojekt für psychisch belastete Menschen begonnen werden, das 2021 fortgesetzt werden soll. Es geht darum, Selbsthilfeliteratur ausleihbar zu machen und die Ausleihenden zu bitten, über die gelesenen Bücher kurze Rezensionen anzufertigen. Diese werden auf der webseite veröffentlicht und können so Vielen zugänglich gemacht werden. Geplant sind auch Filmabende mit Filmen zu Themen seelischer Gesundheit, sobald die Pandemiesituation dies wieder ermöglicht.

I.II ... und Veranstaltungen:

Am **17.10.2020** fand ein – pandemiebedingt virtueller – Tag der offenen Tür zum Thema: „Aus der Quelle leben- was dient der seelischen Gesundheit in unsicheren Zeiten?“ statt. Damit begingen Stiftungsfonds und gGmbH den 100. Geburtstag des Stifters Prof. Dr. Werner Maaßen und nahmen mit dieser Veranstaltung teil an der bundesweiten Woche zur seelischen Gesundheit zum Gesamt-Thema: „Mit Kraft durch die Krise- auch seelisch“.

Das Programm des Stiftungstages umfasste einen Blick auf die Biografie des Stifters sowie Vorträge und kurze Seminare zu Themen wie Neurobiologie in ihrer Sicht der menschlichen Psyche, seelische Ressourcen in Krisenzeiten, Selbst-Führung in unsicheren Zeiten (Resilienz), aktive Beziehungs-

gestaltung trotz Social Distancing. Auch die GLS Treuhand schenkte einen Beitrag zum Thema: „Geld hat Gestaltungskraft – für eine Zukunft, die wir uns wünschen“ (Wirkung von Stiftungsgeldern). Die Teilnehmenden gaben am Ende ein positives Feedback und die einzelnen Vorträge wurden aufgezeichnet und stehen auf der Webseite zur Verfügung.

Ebenfalls im Rahmen der bundesweiten Woche zur seelischen Gesundheit fand am **13.10.20** in Kooperation mit der VHS Steinen ein Vortrag statt zum Thema: „Krise – wir schauen dem Gehirn bei der Bewältigung zu“ mit der Neurobiologin Imke Urmoneit. Der Vortrag hatte viele interessierte Zuhörer*innen und bot eine interessante Reise durch unser Gehirn im Hinblick auf günstige und ungünstige Belastungsreaktionen.

II. Fördernde Tätigkeit der gGmbH und mildtätige Zuwendungen

Die Satzung der gGmbH sieht die Förderung von Projekten anderer gemeinnütziger Organisationen vor, die Zwecke verfolgen, die mit unserem Satzungszweck übereinstimmen. Folgende gemeinnützige Organisation wurden unterstützt:

Der Verein **Hamburg-México e.V.** Dieser führte ein Seminar zu Resilienz für geflüchtete Menschen durch. Er war durch die Teilnahme der Stiftung an der bundesweiten Woche der seelischen Gesundheit auf die Stiftung aufmerksam geworden und stellte einen Förderantrag, der mit 400€ bezuschusst wurde.

Ebenfalls konnten 2 Menschen mit einer mildtätigen Zuwendung in außergewöhnlichen Belastungssituationen unterstützt werden.

III. Tätigkeit als Hilfsperson für den Stiftungsfond Prof. Dr. Werner Maaßen Stiftung

Der Kurs zur Rückfallprophylaxe bei chronischer Depression musste pandemiebedingt 2020 abgesagt werden, da ein Online-Format für diese Personengruppe als nicht geeignet erschien und sich erstmals (vermutlich aus Sorge vor Ansteckung) nicht genügend Menschen angemeldet haben.

IV. Rückblick

Die Arbeit der Beratungsstelle „Burn-out Brücke“ hat sich etabliert und mehr und mehr Ärzte schicken Menschen, die Hilfe brauchen. Zwei Zeitungsartikel im Nachgang zu dem Stiftergeburtstag (s.o.) haben die Beratungsstelle zusätzlich bekannt gemacht. Der Anstieg der Beratungszahlen (siehe unter I.I) freut uns.

Das mit dem Belchen Institut geplante Forschungsprojekt zu Resilienz von Pflegenden im Altenpflegebereich konnte pandemiebedingt nicht begonnen werden. Zudem erkrankte die Fachfrau, die die Forschungsbegleitung seitens des Belchen Institutes übernehmen wollte. Derzeit ist ungewiss, ob das Projekt durchgeführt werden kann. Mit der GLS Treuhand wurde im Dezember 2020 verein-

bart, die Forschungszuwendung in Höhe von 5488,-€ von 2019 als Rückstellung zu belassen, falls es noch zur Realisierung des Projektes kommt. Andernfalls wird das Geld zurück überwiesen.

Die gGmbH bekam aus einem Nachlass sehr viele Bücher gespendet. So konnte endlich das Satzungsziel, eine Bibliothek einzurichten, umgesetzt werden.

Ausblick für 2021

Angesichts der Tendenz zu gesellschaftlicher Spaltung sollen Veranstaltungen durchgeführt werden, die zu mehr Dialog(fähigkeit) beitragen. Aufgrund der Pandemiesituation werden diese zunächst online geplant.

Angepasst an die Pandemiesituation werden seit Januar 2021 auch Online-Beratungen angeboten.

*Anette Maaßen-Boulton, Geschäftsführerin
Steinen im Januar 2021*