



Motiv: Wolfgang Wick

Tätigkeitsbericht der Maaßen-Stiftungs-gGmbH für das Jahr 2023

Die Maaßen-Stiftungs-gGmbH ist gemäß ihrer Satzung operativ und fördernd tätig. Im Folgenden berichten wir über die Aktivitäten 2023.

I. Selbstständige operative Tätigkeit der gGmbH

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

Beratungen:

Im Jahr 2023 wurden 62 Personen in persönlichen und/oder beruflichen Krisensituationen beraten. (Zum Vergleich: 2022 waren es 58). 22 Personen suchten in beiden Jahren Rat.

Das Alter lag zwischen 22 und 73 Jahren.

Von den Ratsuchenden nahmen 23 eine einmalige Beratung (2022: 22) in Anspruch, 39 Personen mehrere Beratungen (2022: 36). Von denen, die mehrere Beratungen in Anspruch nahmen, kamen 23 Personen 2-5 mal, sechs Personen 6-9 mal, sieben Personen 10-15 mal und drei über 15 mal.

58 ausführliche Beratungsgespräche fanden am Telefon statt, 227 (2022: 125) im Rahmen eines persönlichen Gespräches in der Beratungsstelle in Steinen oder online. Damit hat sich die Anzahl der geleisteten Beratungsstunden von 184 im Jahr 2022 auf 285 im Jahr 2023 sehr erhöht und die Dauer der Beratungsprozesse verlängert. Zum einen ist das dem Fehlen von Psychotherapieplätzen zuzuordnen, zum anderen der Qualität unserer Begleitungen.

Folgende Anliegen führten zum Beratungswunsch:

- Burn-out, akute Überlastung, akute Depression – Suche nach schneller Hilfe/Entlastung: 25
- Längere Begleitung, da kein Psychotherapieplatz gefunden wurde: 13
- Begleitung in einer akuten Krise: 5
- Integration nach einem erlittenen „Burn-out“ bzw. Klinikaufenthalt: 1
- Überbrückung bis zu einem Klinikaufenthalt: 2
- Mobbing am Arbeitsplatz; berufliche Probleme: 7
- Familiäre bzw. Beziehungskonflikte: 5
- Chron. Erkrankung eines Angehörigen: 2
- Soziale Ängste: 1
- Trennung: 1

Online Beratung und neue Webseite der Beratungsstelle

Die 2022 geschlossene Kooperation mit „social-on“, einem Online- Beratungsportal, das eigens von einer Beraterin entwickelt wurde und eine sehr hohe Datenverschlüsselung hat, ermöglichte Online-Beratung als eigenständige Option. Sie wurde allerdings wenig genutzt (siehe dazu auch unter „Ausblick“ am Ende des Berichtes). Die neue Webseite der Beratungsstelle wurde hingegen stark besucht und wir bekommen zahlreiche Rückmeldungen, dass die Informationen zu „Burn-out“ sowie zu weiteren Hilfsangeboten in der Region sehr hilfreich sind. Es hat sich unter dem Aspekt „Wissensvermittlung“ offenbar gelohnt, die Mittel für die neu gestaltete Internetseite zu investieren.

I.II Kooperationen ...

Kooperation mit der **Diözese Augsburg** in der Lehrerseelsorge zur Beratung für katholische kirchliche Lehrer*Innen: Es wurden leider keine Beratungen angefragt.

Mit der **Caritas Lörrach** wurden – wie schon in den Vorjahren – vier Trainings 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.

Mit dem **Cineplex Lörrach und Fachpersonen**:

Das im Jahr 2021 begonnene Projekt: „**Psyche im Film**“ wurde auch 2023 mit 4 Filmen weitergeführt. Im Anschluss an die Vorführung gab es die Gelegenheit zum Gespräch und Fragen an jeweils eine Fachperson (Dr. Eckhard Danneger, FA für Psychiatrie; Frau Dr. Eva Marina Beck, psych. Leitung der Tagesklinik Lörrach; Dr. Andreas Jähne, FA für Psychiatrie und Leiter der Oberbergklinik; Frau Dr. Cornelia Kneser, psych. Psychotherapeutin Lörrach). Unsere Absicht ist, zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen beizutragen, Wissen zu psychischen Erkrankungen zu vermitteln und das Gespräch darüber zu fördern. Folgende Filme wurden gezeigt: „Der Rausch“ (Alkoholismus), „Der schlimmste Mensch der Welt“ (Bindungs- und Entscheidungsprobleme), „Wer wir sind und wer wir waren“ (Trennung/Scheidung) und „Das Mädchen mit den goldenen Händen“ (Auswirkungen einer

Biografie in einem Kinderheim der ehemaligen DDR). Beeindruckend war die Offenheit und große Lebendigkeit, in der die Gespräche im Anschluss stattfanden. Wir bekamen viele Rückmeldungen, dass die Besucher*innen dieses Angebot sehr schätzen und auch das Kino meldete dies an uns zurück.

Digitale Daseinsvorsorge – Pilotprojekt im Landkreis Lörrach: Die 2022 eingerichtete Stabsstelle Digitale Daseinsvorsorge im Landkreis Lörrach hat eine Internet-Plattform entwickelt: „Seelische Gesundheit im Landkreis Lörrach“. Ziel des Angebots ist der niederschwellige Zugang von Angeboten für Betroffene einer psychischen Erkrankung und deren Angehörige. Die Stiftung und die Beratungsstelle sind dort vertreten.

I.II ... und Veranstaltungen:

Klimawandel, Kriege, Inflation und weitere Krisen befördern bei einigen Menschen Ängste und Depressionen. Deshalb fand in Kooperation mit der VHS Lörrach/Steinen ein Workshop zum Thema: „Zuversicht und Mut in einer unsicheren Welt“ statt. Mit dieser Veranstaltung beteiligten wir uns an der bundesweiten Aktionswoche zur seelischen Gesundheit, die jeweils im Oktober stattfindet.

Die für den „Welttag der sozialen Kommunikationsmittel“ im Mai geplante Veranstaltung: „Miteinander reden? – Mut zu gesellschaftlichem Dialog und Miteinander“ musste leider wegen Teilnehmermangel ausfallen, was wir sehr bedauern.

Im November fand in der VHS Schopfheim auf Einladung der örtlichen SPD eine Podiumsdiskussion: „Digitale Dienste in der Medizin- Seelische Gesundheit im Landkreis Lörrach“ statt, an der wir teilnahmen. Es ging um die Frage, was für die psychotherapeutische Versorgung nötig wäre und inwieweit digitale Angebote helfen können.

II. Fördernde Tätigkeit der gGmbH und mildtätige Zuwendungen

Die Satzung der gGmbH sieht die Förderung von Projekten anderer gemeinnütziger oder Bildungsorganisationen vor, deren Zwecke mit unserem Satzungszweck übereinstimmen sowie die Förderung von Forschung.

In Kooperation mit der **VHS Kandern** und dem Sozialunternehmen „**Kraft im Wandel**“ Lörrach beteiligte sich die gGmbH an dem Projekt: „Miteinander reden und aktiv werden – unser Beitrag zur nachhaltigen Entwicklung unserer Gemeinde“ in Kandern, einem Nachbarort von Steinen. MITEINANDER REDEN ist ein Förder- und Qualifizierungsangebot der Bundeszentrale für politische Bildung, das bundesweit 100 Projekte in ländlichen Räumen fördert. Das Projekt der VHS Kandern wurde ausgewählt. Es ging zum einen um Nachhaltigkeit und zum anderen um Bürgerbeteiligung. In einer Zeit, in der Menschen ihre politischen Mitwirkungsmöglichkeiten als eher gering einschätzen, erschien uns dieses Projekt sinnvoll zur Stärkung des Selbstwirksamkeitsempfindens von Bürgerinnen und Bürgern und natürlich auch der nachhaltigen Lebensführung auf individueller und kommunaler Ebene. Die Lizenzgebühren für einen Film zur Gemeinwohlökonomie im Rahmen des Projektes wurden übernommen und die gGmbH beteiligte sich am „Markt der Möglichkeiten“.

Das Projekt „**Stolpersteine**“ widmet sich dem Gedenken an Jüdinnen und Juden und andere Gruppen, die in der NS-Zeit ausgegrenzt, verfolgt, ermordet, deportiert, vertrieben oder in den Suizid getrieben wurden. Auch die Stadt Schopfheim beteiligte sich u.a. mit einem Filmabend in der VHS im Mai zum Thema „Tabuisierung und Ausgrenzung psychisch erkrankter Menschen“. Die gGmbH übernahm die Filmkosten, damit der Eintritt kostenlos bleiben konnte; Dr. Dannegger und Frau Maaßen-Boulton führten das Gespräch mit den Gästen.

Ein **Präventionsprojekt für Paare** der Lörracher Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen wurde ebenfalls gefördert.

Zwei Personen konnten mit einer **mildtätigen Zuwendung** von jeweils 200€ unterstützt werden.

Forschung: Im Jahr 2023 konnte die Studie zur **Wirksamkeit von Ergotherapie für Menschen mit Depressionen** durchgeführt werden und Mittel dafür wurden aus der Rückstellung der vergangenen Jahre (Zuwendung der GLS Treuhand) finanziert.

Die Studie trägt den Titel „Ambulante Ergotherapie bei depressiv erkrankten Menschen mit dem Ziel der Vermeidung von Rehospitalisierung“. Konzept und Organisation der Studie liegen bei der Rhenus-Praxis für Ergotherapie, Lörrach und Dr. Eckhard Dannegger (FA für Psychiatrie, Lörrach). 18 Patientinnen und Patienten erhielten eine testpsychologische Diagnostik und jeweils 20 Ergotherapie-Sitzungen. Es wurden vor und nach der ET jeweils zwei Tests durchgeführt: Beck-Depression-Inventory II-rev. Form (erfasst Stärke der Depressivität) und Self-Esteem-Scale (erfasst Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen). Derzeit (Stand Januar 2024) laufen die Auswertungen und der Projektbericht wird verfasst. Nähere Informationen zum Projekt siehe im Tätigkeitsbericht 2022.

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

Der Kurs zur Rückfallprophylaxe bei chronischer Depression konnte leider 2023 nicht stattfinden.

IV. Rückblick

Die Arbeit der Beratungsstelle „**Burn-out Brücke**“ hat sich stabilisiert und die Zahl der Beratungssuchenden nahm auch 2023 leicht zu. Das Filmprojekt ist erfolgreich (deutlich mehr Gäste als im Jahr 2022) und die Zuschauer*innen loben diese Möglichkeit. Unsere Teilnahme an der Woche der seelischen Gesundheit sowie die Fortbildungen für die Diakonie sind ein fester Bestandteil unserer Bildungstätigkeit geblieben.

Abschied von den Räumen in Steinen und Rückblick auf die Stiftungsarbeit

Wie bereits im Tätigkeitsbericht 2022 angekündigt, wurden die finanziellen Mittel für die Arbeit der gGmbH weitestgehend aufgebraucht, so dass die Räume in Steinen zum 31.12.23 gekündigt wurden. Am 25.11.23 fand ein Abschiedsfest statt, zu dem 30 von 40 geladenen Gästen kamen. Neben einem Rückblick auf die Stiftungsarbeit seit Gründung gab es auch einen Workshop zu der Frage, wie eine seelisch gesunde Gesellschaft aussehen könnte und welche Bedingungen sie bräuchte. Angeleitet wurde dies von Simon Mohn von reinventing society, Berlin.

Das Leitbild für den Rückblick war eine Brücke:

Mit unseren Angeboten haben wir gemäß unseres umfassenden Gesundheitsverständnisses verschiedene Aspekte der Stärkung seelischer Gesundheit verbunden:

Die *individuelle Ebene* durch persönliche Beratungen/längere Begleitungen und durch mildtätige Zuwendungen.

Die *individuelle und zugleich soziale Ebene* durch Kurse (z.B. „Gesund bleiben im Stress“ von 2008-2018) und Seminare.

Die *gesellschaftliche Ebene* durch Wissensvermittlung (Vorträge und Workshops) und Enttabuisierung des Themas der psychischen Belastungen (Webseitenauftritt, Filmprojekt, Vorträge zu Depression und Burn-out etc.).

Dabei bezogen die von uns angebotenen Veranstaltungen auch *gesellschaftliche Prozesse und Rahmenbedingungen* mit ein; z.B. zu den Themen Gesellschaftlicher Dialog oder Geld/Wirtschaft/Ökologie (z.B. Symposium Welt im Wandel mit der Be the change Stiftung).

Andere Projekte, die sich im Bereich seelischer Gesundheit engagieren, wie z.B. die Mobbing Beratung München, wurden ebenfalls über längere Zeit mit einem kleinen Betrag gefördert.

Die Stiftungsräume wurden Initiativen kostenfrei oder auf Spendenbasis zur Verfügung gestellt- für ein *kooperatives Miteinander und Teilen von Ressourcen*.

Die Mittel für die gGmbH kommen neben den direkten Spenden aus Zuwendungen des Stiftungsfonds: „Prof. Dr. Werner Maaßen Stiftung“ Dessen Geldanlage bei der GLS Treuhand sichern zudem, dass auch das angelegte Geld in *ökologische oder sozial-transformative Projekte* floss und fließt. Unser konsequentes *Spendenprinzip* sicherte, dass Hilfe niemals an finanzielle Möglichkeiten geknüpft war- das ist uns ein zentraler Wert. (*Solidarität*) Dadurch floss die Mehrheit der finanziellen Mittel in die Unterhaltung der Beratungsstelle.

Last not least haben wir *Forschung und kleine Veröffentlichungen* gefördert zu Themen wie bspw. der gesundheitlichen Wirkung von Achtsamkeitspraxis. Im laufenden Forschungsprojekt zur Ergotherapie (s.o.) geht es um eine bisher unterbelichtete Möglichkeit, depressiv erkrankte Menschen zu unterstützen.

Unser Gesundheitsverständnis orientiert sich an den Erkenntnissen der Salutogenese-Forschung: Sinn, Verstehbarkeit und Bewältigbarkeit im Sinne persönlichen Wirksamkeitserlebens sind zentrale Schutzfaktoren. Diese zu stärken kann nicht allein dem Individuum überlassen bleiben, sondern braucht Rahmenbedingungen. Mit unserer Arbeit haben wir zur Stärkung dieser Schutzfaktoren beigetragen und zugleich immer wieder auf die Notwendigkeit hingewiesen, dass wir als Gesellschaft einen anderen Umgang miteinander, ein anderes Wirtschaften und den Respekt gegenüber den endlichen Ressourcen unserer Erde benötigen.

Ausblick für 2024

Die bisherigen Kooperationen bestehen auch 2024 und es wird weiterhin einige Veranstaltungen geben. Die Online-Beratung und die telefonische Beratung werden weitergeführt. Wir hoffen, dass es gelingt, die Klientinnen und Klienten auf diese Weise zu unterstützen, auch wenn es die Räume nicht mehr gibt. Das Forschungsprojekt zur Ergotherapie wird zu Ende geführt.

*Anette Maaßen-Boulton, Geschäftsführerin
24. Januar 2024*