



Motiv: Wolfgang Wick

Tätigkeitsbericht der Maaßen-Stiftungs-gGmbH für das Jahr 2025

Die Maaßen-Stiftungs-gGmbH ist gemäß ihrer Satzung
operativ und fördernd tätig.

Im Folgenden berichten wir über die Aktivitäten im Jahr 2025
und halten Rückblick auf 18 Jahre Tätigkeit.

I. Selbstständige operative Tätigkeit der gGmbH

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

Beratungen

Von Januar bis September 2025 wurden **70** Personen in persönlichen und/oder beruflichen Krisensituationen beraten. (Zum Vergleich: 2024 waren es ebenfalls 70, aber im ganzen Jahr).

Das Alter lag zwischen 27 und 70 Jahren (leichte Zunahme des Alters).

Von den Ratsuchenden nahmen 39 eine einmalige Beratung (2024: 38) in Anspruch, 31 Personen mehrere Beratungen (2024: 32). Von denen, die mehrere Beratungen in Anspruch nahmen, nahmen 25 Personen 2 bis 5, 4 Personen 6 bis 9 und 2 Personen mehr als 10 Beratungen in Anspruch. 60 ausführliche Beratungsgespräche fanden am Telefon statt (2024: 91), 100 im Rahmen eines Gespräches online bzw. persönlich in den Räumen einer anderen Beraterin. (2024: 87).

Die Anzahl der geleisteten Beratungsstunden sank von 196 im Jahr 2024 auf 160 im Jahr 2025, wobei zu berücksichtigen ist, dass die Beratungsstelle am 30.9. schloss. Die Anzahl der Ratsuchenden blieb trotz kürzerem Zeitraum gleich. Das entspricht unserer Beobachtung, dass die Belastung im Bereich Burn-out/Krisen eher zu- als abnimmt, was durch aktuelle Zahlen der Krankenkassen zu Krankschreibungen bestätigt wird.

Folgende Anliegen führten zum Beratungswunsch:

- Burn-out, akute Überlastung, akute Depression – Suche nach schneller Hilfe/Entlastung: 32
- Begleitung in einer akuten Krise: 10
- Längere Begleitung, da kein Psychotherapieplatz gefunden wurde: 2
- Integration nach einem erlittenen „Burn-out“ bzw. Klinikaufenthalt: 3
- Überbrückung bis zu einem Klinikaufenthalt: 2
- Burn-out des Partners: 2

- Mobbing am Arbeitsplatz; berufliche Probleme: 5
- Familiäre bzw. Beziehungskonflikte: 6
- Chron. Erkrankung bzw. Pflege eines Angehörigen: 2
- Alleinerziehend mit akuter Überlastung: 2
- Während/nach Trennung: 2
- Verlust eines nahen Angehörigen: 2

Online Beratung

Die 2022 geschlossene Kooperation mit „social-on“ ermöglichte weiterhin die Online-Beratung. Wir bedanken uns bei Frau Fernandes, die uns erneut die Nutzung zu einem gemeinnützigen Tarif zur Verfügung stellte.

II. Kooperationen

Kooperation mit der **Diözese Augsburg** in der Lehrerseelsorge zur Beratung für katholische kirchliche Lehrer*Innen: Es wurde eine Beratung angefragt.

Mit der **Caritas Lörrach** wurden 2025 zwei 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: „Psyche im Film“

Das im Jahr 2021 begonnene Projekt: „Psyche im Film“ wurde bzw. wird auch 2025 mit diesjährig sechs Filmen weitergeführt (noch ein Termin im November). Im Anschluss an die Vorführung gab/gibt es die Gelegenheit zum Gespräch und Fragen an jeweils zwei Fachpersonen (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. Die Reihe hat den Titel: „Die Farben der Einsamkeit“. Wir haben uns für diesen Schwerpunkt entschieden, weil Einsamkeit ein zunehmendes Risiko ist und die Vulnerabilität für psychische Erkrankungen signifikant erhöht. Folgende Filme wurden gezeigt: „Alles in bester Ordnung“ (Messie Syndrom und Probleme am Arbeitsplatz), „Die stillen Trabanten“ (Urbane Einsamkeit), „One for the road“ (Alkoholismus und Einsamkeit), „Goliath 96“ (Internetsucht und Rückzug aus allen sozialen Kontakten), „Wunderschön“ (Ringeln mit Schönheitsidealen und Geschlechterrollen) und „The quiet girl“ (Vernachlässigung und Einsamkeit durch Armut und Alkoholsucht der Eltern).

Uns freuen die Offenheit und große Beteiligung in den Gesprächen. Mit einem Fragebogen haben wir versucht, die Resonanz beim Publikum zu erfassen: 40% unserer Besucher*innen kommen regelmäßig, 30% mehrfach und 30% zu ausgewählten Filmen. 90% finden sowohl die Jahresthemen als auch die Filmauswahl interessant, wichtig und geeignet. Besucher*innen schätzen die Gespräche nach dem Film als interessant, zum Nachdenken anregend, hilfreich, neue Perspektiven schaffend. Das Verständnis des Films wurde erweitert/vertieft und es sei gut, gemeinsam zu reflektieren. 80% sehen eine Antistigma-Wirkung. Sie äußerten zusätzlich, dass die ausgewählten Filme helfen, den Blickwinkel zu ändern, Betroffene zu hören, im Gespräch mit anderen seine Sicht zu ändern und die Themen aus der Tabuzone zu holen.

Mit dem Projekt haben wir uns für den Ulrike-Fritze-Lindenthal Antistigma-Preis – Förderpreis zur Entstigmatisierung und Autonomie psychisch kranker Menschen 2025 der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e. V. beworben.

Die gGmbH hat das Projekt für 2026 vorfinanziert und damit die Weiterführung für 2026 gesichert.

III. Fördernde Tätigkeit der gGmbH und mildtätige Zuwendungen

Die Satzung der gGmbH sieht die Förderung von Projekten anderer gemeinnütziger oder Bildungs-Organisationen vor, deren Zwecke mit unserem Satzungszweck übereinstimmen sowie die Förderung von Forschung. Wir förderten 2025:

Die **Initiative Schlüssel für Alle e.V.** mit 150 €.

Der Verein ist eine gemeinnützige Selbsthilfe für Gehörlose bzw. hör- und sprachgeschädigte Menschen. Gehörlosigkeit trennt Menschen von anderen; daher ist der Verein ein Kristallisationspunkt des Gemeinschaftslebens, wo Betroffene nicht mehr in ihrer Kommunikation behindert sind.

Mit 150 € ein Projekt der **Fachstelle Elternschaft und seelische Erkrankung (ElsE)**, einem koordinierenden und vernetzenden Angebot seitens des Gesundheitsamtes und Jugendamtes der Stadt Essen zur Unterstützung eines Fachtags für Fachkräfte, die mit Kindern, Jugendlichen und Familien arbeiten. Sie sollen für die Thematik „Psychisch erkrankte Eltern und Kinder psychisch erkrankter Eltern“ sensibilisiert werden.

Den Verein: **Mut fördern e. V.** mit 300 €. Der Verein engagiert sich für mehr Offenheit im Umgang mit psychischen Erkrankungen. Mit verschiedenen Angeboten stellt er Unterstützung zur Selbsthilfe zur Verfügung. Hierzu gehören der MUT-ATLAS, MUT-GRUPPEN sowie die MUT-TOUR, die Mitglied des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit und Gewinner des DGPPN-Antistigmapreises 2015 ist. Siehe auch: <https://mut-foerdern.de>.

Unterstützung von Einzelpersonen (Mildtätige Zuwendung):

Eine Person konnte mit 200 € für einen Assistenzhund unterstützt werden.

IV. Forschung:

Über die im Jahr 2023 durch eine Zuwendung der GLS Treuhand finanzierte **Studie zur Wirksamkeit von Ergotherapie für Menschen mit Depressionen**, die 2024 mit positivem Ergebnis abgeschlossen wurde (siehe Tätigkeitsbericht 2024), berichteten die beteiligten Ergotherapeuten im Rahmen des Online-Stammtisches des Fachausschusses Psychiatrie der Ergotherapeuten am 03.07.2025. Beim Jahreskongress des Dachverbandes der Ergotherapeuten (DVE) im Jahr 2026 werden die Studienergebnisse ebenfalls vorgestellt.

V. Liquidation der gGmbH und Rückblick auf 18 Jahre Tätigkeit

Die Maaßen-Stiftungs-gGmbH hat – wie angekündigt – ihre operative und fördernde Tätigkeit zum 30.09.2025 eingestellt. Alle Mittel wurden ihrer Verwendung zugeführt; es gibt lediglich eine Rückstellung für die Abwicklung der Liquidation.

Ein Rückblick:

2007 wurden die Maaßen-Stiftungs-gGmbH und die „Prof. Dr. Werner Maaßen-Stiftung“ gegründet. Ziel war die Stärkung seelischer Gesundheit mit Blick auf die ungerechte Verteilung von Hilfsmöglichkeiten. Das Anliegen: Jede/r hat das Recht auf Zugang zu Angeboten für seelische Gesundheit, unabhängig vom Einkommen.

Zunächst war die gGmbH Trägerin der unselbstständigen Stiftung. Aufgrund der negativen Zinsentwicklung veränderten wir 2013 die Prof. Dr. Werner Maaßen-Stiftung zu einem Stiftungsfonds in Trägerschaft der GLS Treuhand und machten diesen zu einer Verbrauchs-Stiftung. Damit war klar, dass die Mittel irgendwann verwendet sein würden. Die gGmbH übernahm von da an die operativen und fördernden Tätigkeiten, finanziert aus den Zuwendungen des Stiftungsfonds und weiterer Spenden.

Von 2008 bis 2013 boten wir – zunächst die „Prof. Dr. Werner-Maaßen-Stiftung“, ab 2013 dann die gGmbH sowie der gemeinnützige Verein „Passage e. V.“ – den Kurs „Wenn alles zu viel wird“ bzw. später: „Gesund bleiben im Stress“ an. Er vermittelte Fähigkeiten zur Stressbewältigung, ein besseres Coping mit Stressbelastungen und Wissen zur Vorbeugung von chronischer Überlastung/Burn-out. Durch die nur geringe Schutzgebühr konnten auch Menschen mit geringem Einkommen teilnehmen. Ein Pilotkurs wurde 2008 vom Generation Research Program der Universität München evaluiert und es konnte eine positive Wirkung gezeigt werden. Das Trainingsmanual wurde aufgrund der Rückmeldungen angepasst und 2013 lag die längerfristige Auswertung der Fragebögen für die Jahre 2009 bis 2012 durch das GRP vor:

„Insgesamt deuten die Ergebnisse daraufhin, dass die Maßnahmen zur Stressbewältigung und Burn-out Prophylaxe den Teilnehmern hilft, ihre Stressbelastung im Alltag besser zu bewältigen. Vor allem verbessert sich die Selbsteinschätzung zu Vitalität und Achtsamkeit. Nahezu alle Teilnehmenden fühlen sich psychisch gekräftigt.“ (Zitat aus der Evaluation)

Zu dieser Zeit gab es kaum Präventionsangebote der Krankenkassen, aber die Zahlen bezüglich der Krankschreibungen aufgrund von Stress waren schon damals alarmierend. 2012 entschied deshalb die gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie (GDA) des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales, die psychische Gesundheit in der Arbeitswelt zu ihrem Thema zu machen.

Als die Krankenkassen das Thema zunehmend in ihre Präventionsangebote aufnahmen, beendeten wir 2014 die eigene Kurstätigkeit und gründeten die Beratungsstelle „Burn-out-Brücke“, da Therapieplätze eine lange Wartezeit hatten/ haben und es kaum kurzfristige Gesprächshilfen gibt.

Fortbildungen und Veranstaltungen zu diesem Thema boten wir weiterhin an. So fand z.B. im Februar 2014 in Zusammenarbeit mit dem Belchen Institut Steinen ein Symposium statt zum Thema „Gesundheitsfördernd führen“.

In der Beratungsstelle „Burn-out Brücke“ wurden in den fast 12 Jahren ihrer Tätigkeit insgesamt 510 Personen beraten.

Von 2014 bis 2019 unterstützte die gGmbH zudem Kurse zur Rückfallprophylaxe bei chronischer Depression in Steinen und Lörrach, so dass auch hier Menschen mit geringem Einkommen teilnehmen konnten.

Fortbildungen für die Diakonie bzw. Veranstaltungen in Kooperation mit der Volkshochschule Steinen waren ein fester Bestandteil unserer Bildungstätigkeit.

Drei Forschungsprojekte zur Verbesserung der psychischen Gesundheit Pflegender wurden mit Zuwendungen unterstützt.

In den Räumen in Steinen fanden viele Vorträge und Seminare im Bereich seelische Gesundheit statt. Wir beteiligten uns damit u.a. regelmäßig an den Aktionswochen zur seelischen Gesundheit.

Ein weiteres Thema unserer Veranstaltungen war die Förderung von Dialogfähigkeit im regionalen Engagement und die Förderung psychischer Gesundheit angesichts ökologischer und politischer Krisen. So unterstützten wir Symposien wie „Be the change“, „Mut und Zuversicht in herausfordernden Zeiten“, ein Gesprächstraining für die Fridays for future Lörrach etc.

Einige Einzelpersonen konnten wir mit einer mildtätigen Zuwendung unterstützen, damit sie Hilfen in Anspruch nehmen konnten.

Mit kleinen Beträgen unterstützen wir andere gemeinnützige Organisationen, z.B. mehrere Jahre die Mobbing Beratung München. Drei Filme wurden gefördert.

Die Filmreihe „Psyche im Film“ mit anschließender Gesprächsmöglichkeit besteht seit 2021 und wird weitergeführt. Das Kino und die Zuschauer*innen schätzen das Projekt.

Fazit:

Die Stärkung seelischer Gesundheit ist wichtiger denn je.

Laut dem DAK Psychreport verursachten Krankschreibungen wegen Depressionen 2024 50 Prozent mehr Fehltag als 2023. (Quelle: https://www.dak.de/dak/unternehmen/reporte-forschung/psychreport-2024_57364) Ebenfalls beunruhigend ist die Zunahme von Depressionen bei Jugendlichen. Und der Zugang zu Hilfen ist weiterhin sozioökonomisch ungerecht verteilt.

Umso schwerer fällt es, unsere Tätigkeit zu beenden.

Gleichzeitig ist die Förderung seelischer Gesundheit eine gesellschaftliche Aufgabe: Ausdruck unseres Miteinanders, unseres Verständnisses von „Wohlstand“ und unserer Werte.

Wir haben das Thema „Burn-out“ immer im Kontext gesehen: Die Menschheit verbraucht mehr Ressourcen als da sind – kollektiv wie individuell. Das Primat des „Wachstums“ fordert seinen Tribut, menschlich, gesellschaftlich und ökologisch.

Ob ein Wandel zu einer lebensdienlichen Gesellschafts- und Wirtschaftsform gelingt, ist ungewisser denn je. Aber getreu Václav Havel ist Hoffnung „nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn hat – egal, wie es ausgeht.“

Ein persönlicher Dank

Die Arbeit in den 18 Jahren wäre nicht möglich gewesen ohne die vielen Menschen, die dazu beigetragen haben.

Danken möchte ich in erster Linie meinem Vater, dem Stifter; ohne ihn hätte es keine Stiftung gegeben. Ich danke auch meiner Schwester, die das Vorhaben unterstützt und mitgetragen hat.

Danken möchte ich Rita Buschmann, unserer langjährigen Mitarbeiterin, die Menschen engagiert, kompetent und wirkungsvoll in der Burn-out-Brücke beraten hat. Ebenso möchte ich denen danken, die zeitweise mit beraten haben: Ute Kröger, Isabell Schäfer-Neudeck, Ricarda Beilharz, Jasmin Schuler, Justina Störk und Birgitta Fildhaut.

Die Zusammenarbeit mit der VHS war sehr wichtig – hier möchte ich Ute Kröger und Harald Erbacher für ihre weite Sicht auf seelische Gesundheit danken, die viele gemeinsame Veranstaltungen ermöglicht hat.

Mein Dank gilt dem Verein „Passage e.V.“, inzwischen „gesund und munter e.V.“ der sowohl die Kurs- als auch die Beratungsarbeit ehrenamtlich und finanziell unterstützt hat.

Danken möchte ich auch dem Team von Psyche im Film und Dr. Dannegger für die Idee.

Wolfgang und Gerlinde Wick von Büro Magenta, Ben Kunstleben, Ulrich Fischer und Redakteurin Gudrun Heyder haben zum Gelingen der Präsentation der Arbeit nach außen beigetragen. Sie alle haben wohlwollende Honorare gestellt bzw. ehrenamtliche Zeit geschenkt.

Danken möchte ich auch der GLS Treuhand, vor allem Frau Altenkamp, für die vertrauensvolle, kompetente und hilfreiche Begleitung in all diesen Jahren.

Danke an Frau Loeken und Herrn Schäfer, Steuerbüro Schäfer, die meine Fragen stets geduldig beantwortet haben.

Margarete Schneberger und Elisa Ruschmann danke ich für die inspirierende und verlässliche Zusammenarbeit im Stiftungsrat.

Schließlich gilt mein Dank allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen unserer Kurse und Veranstaltungen sowie den Beratungssuchenden, die uns ihr Vertrauen geschenkt haben.

**Im Buddhismus gibt es die Tradition, Gutes, das entstanden ist,
dem Wohlergehen aller zu widmen.**

Mit diesem Wunsch schließe ich.

*Anette Maaßen-Boulton, Geschäftsführerin
14. Oktober 2025*