

Beistand für die Seele

Heidenheimer Zeitung 9.11.10

Bald Selbsthilfegruppe gegen Depression in Herbrechtingen

HERBRECHTINGEN. In Herbrechtingen soll es künftig eine Selbsthilfegruppe für Menschen geben, die an Depressionen leiden.

„Psychisch krank und doch (nicht) allein?“, lautete das Thema einer Informationsveranstaltung, zu der das Heidenheimer Bündnis gegen Depression zusammen mit örtlichen Institutionen in den Bürgersaal des Rathauses eingeladen hatte.

Vertreter der evangelischen und katholischen Kirchengemeinden Herbrechtingens und Bolheims, der Klinikseelsorge Heidenheim, der Caritas Ost-Württemberg und des Reha-Ver-eins Heidenheim riefen die Be-

sucher dazu auf, sich an der geplanten lokalen Selbsthilfegruppe gegen Depressionen zu beteiligen. Offener Treffpunkt soll das Mehrgenerationenhaus – das ehemalige Jugendhaus – am Rathausplatz sein. Die Sozialpädagogin Uta Samy machte auf die monatlichen Malkurse für Erwachsene aufmerksam und bot vielfältige Unterstützung an.

Bruno Möhler, seit acht Jahren Seelsorger in der Psychiatrie am Klinikum Heidenheim, kündigte an, er wolle zusammen mit weiteren Unterstützern psychisch kranke Menschen und deren Angehörige auffangen, und das vor Ort in Herbrechtingen. Er bot an, „gemeinsam den Weg der Gesundheit zu gehen“.

Diplom-Theologe Karl-Heinz

Kocka zeigte das umfangreiche Krankheitsbild einer Depression auf. Er begann bei den Merkmalen, den psychischen und körperlichen Symptomen und ihren verschiedenen Formen und sprach zudem über die Ursachen depressiver Erkrankungen und ihre Behandlungsmöglichkeiten.

Kocka sagte, Antidepressiva machten nicht wie vielfach angenommen, abhängig, auch nicht besonders „happy“, und ebenso wenig veränderten sie die Persönlichkeit. Die Medikamente hülften gegen Ängste, seien antriebsfördernd, wirkten aber erst nach vier bis sechs Wochen.

Zeit ließ sich Kocka bei seiner Darlegung der einzelnen Therapieansätze und beantwortete unter anderem die Frage, was ein

Betroffener selber tun kann, und wie man sich als Helfer zu verhalten hat. Kocka verwies darauf, dass Schulungen für die Helfer angeboten würden.

Michael Junge, Diakon der katholischen Bonifatiusgemeinde, benannte offene Angebote, die es erleichterten, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen. Speziell führte er die Tanzgruppe in Bolheim unter Leitung von Gabi Holland-Junge an, außerdem die Männerriege der TSV Herbrechtingen, die Landfrauentreffen, die Nachbarschaftshilfe, den Tauschring Brenztal und das Mehrgenerationenhaus.

Weitere Einzelheiten können bei Diakon Michael Junge im katholischen Pfarrbüro unter Tel. 07324.98520 erfragt werden. eib