

---

## KOMMENTAR

---



### *Bündnis gegen Depression: Wertvoller Einsatz*

---

Jörg Monzheimer  
[joerg.monzheimer@vrm.de](mailto:joerg.monzheimer@vrm.de)

**P**sychische Erkrankungen – sie galten lange Zeit als schambesetzt, ja als Tabuthema. Wer sich das Bein gebrochen oder eine Grippe eingefangen hat, geht ganz selbstverständlich zum Arzt. Anders sieht das aus, wenn die Seele betroffen ist. Sätze wie „Ich geh’ doch nicht zum Psychodoktor“ hat wohl jeder schon einmal gehört. Genauso wie das von Angehörigen oder Kollegen vielleicht gar nicht mal böse gemeinte, aber wenig hilfreiche „Jetzt reiß’ dich mal zusammen“. Mit seiner Arbeit hat das vor 20 Jahren gegründete „Bündnis gegen Depression“ im Kreis Groß-Gerau dazu beigetragen, das Thema Depression zumindest ein Stück weit zu entstigmatisieren. Dazu gehört permanente Aufklärungsarbeit, um klarzumachen: Auch psychische Erkrankungen sind eine Krankheit. Ebenso, wie es Süchte oder Krebs sind. Nur mit dem Unterschied, dass sie sich nicht auf den ersten Blick erkennen lassen. Mittlerweile trauen sich mehr Betroffene, über das zu sprechen, was sie erleben, darüber zu reden, wie sehr sie unter ihrer Krankheit leiden. Selbstverständlich ist das nicht, ebenso wie die gesellschaftliche Akzeptanz oft noch immer enge Grenzen hat. Der Einsatz des „Bündnisses gegen Depression“ aber ist wertvoll, um das Thema aus der Tabu-Ecke zu holen.

---