Zur Entstehung des Mut fördern e.V.
Stand 11.02.2021

Der Mut fördern e.V. (MfV) ist 2020 aus der Initiative um die **MUT-TOUR (MT)** heraus entstanden, die sich bis dahin vollständig in Trägerschaft des **Deutschen DepressionsLiga e.V. (DDL)** befand. Nach dem Übergangsjahr 2021 werden die letzten 90% der MT-Bestandteile in die Trägerschaft des MfV übergehen.

Die MUT-TOUR-Initiative verfügt seit Anbeginn über eigene Strukturen wie Webseite, EDV-Anwendungen, Mitarbeitende, Teilnehmenden-Arbeitsgruppen, alltagsorientierte und etablierte regionale Gruppen, halbjährliche Bundestreffen mit 20-30 Teilnehmenden in Süd- und Norddeutschland, bei denen freitagabends bis sonntagmittags sowohl Austausch als auch inhaltliches Arbeiten im Vordergrund stehen, sowie seit 2017 auch über satzungsähnliche Statuten. Bis 2016 hatte sie in fünf Städten bewegungsorientierte Selbsthilfegruppen, 2020 nur noch eine. Dieses Angebot planen wir mithilfe des eigenen Vereins und der Pauschalförderung wieder auszubauen.

Dank der Trägerschaft der DDL gelang es, im achten Jahr des Bestehens aus der Initiative heraus einen eigenen Verein zu gründen, der die gute Kooperation mit der DDL fortführt und die aktuelle Vereinslandschaft hinsichtlich Bundesselbsthilfeorganisationen nachhaltig ergänzt:

Selbsthilfe- und partizipative Öffentlichkeitsarbeit ungekannten Ausmaßes
Der MfV führt Projekte durch, die ein Zeichen für mehr Offenheit im Umgang mit psychischen Erkrankungen setzen. Alle Angebote und Projekte tragen zudem dazu bei, dass Betroffene und Angehörige Hilfe und Selbsthilfe bzw. Diagnosen besser annehmen können. Ein wichtiges Augenmerk liegt dabei darauf, was in neun Jahren MUT-TOUR erarbeitet wurde: ermutigende Presse- und Öffentlichkeitsarbeit durch Betroffene und Angehörige selbst und Verbesserung der Alltags- und Krankheitsbewältigung sowie der Gesundheitskompetenz. Alleine im Bereich der Printmedien sind mehr als 2.950 Berichterstattungen über MT und ihre Agenda abgedruckt worden, Beispiele siehe beigefügte Pressebelege aus den Jahren 2014 und 2020.

Image und Herangehensweise aus strategischen Gründen weniger explizit
Der Vereinsname “Mut fördern e.V.” ist sehr bewusst gewählt: analog zum Begriff “MUT-TOUR” macht er **nicht in erster** Reihe klar, dass es sich um Aktivitäten im Kontext psychischer Erkrankungen handelt, sondern nimmt diesen, häufig als"düster” wahrgenommenen Thematiken, die Schwere bzw. die vorauseilenden Vorurteile. Diese “Unbeschwertheit” darf jedoch nicht mit Naivität oder Verdrängung gleichgesetzt werden, sondern als Fokus auf das Machbare – im besten Sinne der Ressourcenorientierung. Neun Jahre MUT-TOUR Arbeit haben verdeutlicht, dass ein weniger "direktes" Auftreten Menschen abholt, die...

...einen Verein suchen, der das vereinende Ziel (Mut zu fördern) in den Vordergrund rückt und der die Schlagworte der (eigenen) Erkrankung erst in zweiter Reihe benennt – also dezenter mit vorhandener Scham seitens Selbst-Betroffener, Angehöriger **und auch** Öffentlichkeit umgeht.

...selbst keine eigenen Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen haben, sich aber für deren Entstigmatisierung stark machen wollen.

Seite 1-3 zeigen Bilder der MUT-TOUR der letzten Jahre

Es ist kein Widerspruch, sondern nur logisch und wichtig (auch) Menschen als Rezipierende, Teilnehmende und Mitglieder anzusprechen, die ihre Kompetenz als Betroffene oder Angehörende noch nicht gänzlich entwickelt haben. In einer gesunden Mischung mit anderen, die diesen Weg bereits weiter oder bis zum Ende gegangen sind, gelingt uns seit 2012 folgendes:

Der MfV als lebendiges Netzwerk zur Förderung der Betroffenenkompetenz
Teilnehmende der vom MfV getragenen Projekte/Initiativen bzw. Teile seiner Mitglieder sind über das ganze Jahr verteilt immer wieder (gemeinsam) aktiv und somit Teil eines Netzwerkes. In unseren Kreisen finden sich sowohl Menschen, die in diesem Netzwerk im weiteren Sinne “Zuspruch und Trost” suchen und finden, als auch diejenigen, die ihn geben, die andere zu mehr Betroffenenkompetenz befähigen.
So bieten die Projekte in vielerlei Hinsicht Chancen, von erfahrenen Mit-Teilnehmenden im Umgang mit der eigenen Erkrankung dazu zu lernen und durch regelmäßige Workshop-Angebote neues Wissen und Perspektiven zu erhalten (z.B. im Workshop “Über Depressionen sprechen” oder durch Interview-Rollenspiele). Im Idealfall werden die Teilnehmenden auf diese Weise befähigt, selbst im Zuge unserer Öffentlichkeitsarbeit als Zitategeber*in zu agieren oder gar ein ehrenamtliches Mandat auszuüben, wo sie wiederum andere neue Teilnahme-Interessierte unterstützen und anleiten, wie zum Beispiel als Erstkontakt-Telefonierer*in ("Briefer"), Teamer bei einem der Projekt-Wochenenden oder als Tourleiter bei mehrtägigen Etappenangeboten. Die derzeit 17 dauerhaft aktiven Ehrenamtlichen der MUT-TOUR, die sich 2016 selbst “Mandies” tauften, kommen alle aus den Reihen der 186 Menschen, die seit 2012 ein oder mehrere Male auf Etappen mit dabei waren. Neben diesen Mandies gibt es eine Vielzahl von Teilnehmenden, die außerhalb ihrer Etappenteilnahme ein temporäres Engagement ausführen und bspw. als Interviewpartner bereit stehen.

Angebote nicht “nur” für von Depression Betroffene und deren Angehörige
Der MfV ist mit dem Anspruch entstanden, offen für Betroffene aus dem gesamten Spektrum psychischer Erkrankungen zu sein. Bei der MT hatten sich ab deren erster Durchführung im Jahre 2012 auch Menschen mit anderen Primärdiagnosen wie z.B. Bipolarität oder Psychose eingefunden. Da einige diesen sich aus der DDL-Satzung ergebenden Fokus, auf “Depressive Episode” bzw. “Rezidivierende depressive Störung” als Limitierung wahrnehmen, möchten wir künftig Angebote für alle machen **können** – z.B. durch weitere Angebote wie SHG-Beratung und MUT-ATLAS.

Identifikation mit dem, was man von innen heraus kennt
Mit dem MfV möchten wir Teilnahmemöglichkeiten unabhängig von einer Mitgliedschaft, aber auch Vereinsarbeit in Abhängigkeit davon anbieten, die direkt und unmittelbar Ideen zum bürgerschaftlichen Engagement umsetzen.

Der Mut fördern e.V. stellt 2021 Angebote und Strukturen fertig

Es wurde im Vorfeld des vorliegenden Antrags auf Pauschalförderung mit den meisten der Ansprechpartner*innen der kassenindividuellen Projektförderung der GKV gesprochen.

Zunächst dachten wir, dass eine Beantragung von Pauschalförderung erst 2021 für 2022 möglich sei. Die meisten der o.g. positiven Entwicklungen hinsichtlich der eigenen Mitgliederschaft und deren Aktivitäten entfalteten sich nämlich erst ab November/Dezember 2020. Allerdings motivierten uns die teilweise sehr konstruktiven Gespräche mit einzelnen Krankenkassen sowie dem VDEK, doch bereits einen Antrag für 2021 zu stellen.
Einzelne Projekte bzw. Initiativen, wie MUT-TOUR, MUT-WANDERN, MUT-ATLAS sowie der weitere Aufbau der Vereinsstrukturen bzw. der Dauerangebote für SHGen, haben erst im Dezember 2020 eine für alle Beteiligten sinnvolle und gute Verteilung gefunden: Der Teilnehmerzyklus für das Wandern wird 2021 doch noch einmal im Rahmen der MUT-TOUR 2021 als Projektförderung unter der DDL beantragt. Der MUT-ATLAS bekam seitens der im Kostenfinanzierungsplan genannten Rentenversicherungen positiven Rückenwind und soll das erste auf Dauer und Größe angelegte Projekt des MfV sein – neben dessen Basisangeboten.

Der MfV startet mit 9 Jahren Vereinserfahrung, Knowhow, einem eingespielten Team und starken EDV-Ressourcen
Das Gros der Mitglieder sowie der Mitarbeitenden ist nicht etwa neu, sondern, im Gegenteil, durch bis zu neun Jahre Arbeit bei der MUT-TOUR bestens eingearbeitet. Neben dem unschätzbaren Wert des Knowhow, der Vernetzung und des eingespielten Teams selbst, startet der MfV bzgl. seiner EDV-Ressourcen direkt auf sehr hohem Niveau, da auf sämtliche Systeme der MT zurückgegriffen werden kann, die die Prozesse datenschutzkonform und effizient abbilden, die für den operativen Betrieb eines Vereins nötig sind, der als Bundesselbsthilfeorganisiation agiert:

- **Gut etablierte Projektwebseite "mut-tour.de", die seit 2012 online ist** sowie deren multisite-fähiges CMS, das den Betrieb weiterer Webseiten ("**mut-foerdern.de", "mut-atlas.de"** usw.) verhältnismäßig einfach und günstig macht.
- Ein eigenes **Forum, Chat- und Filesharingserver**, die beliebig in einzelne Bereiche (Verein vs. Initiativen) aufgeteilt bzw. erweitert werden können.
- **Datenbank, die seit 2017 speziell auf die Bedürfnisse alias Prozesse der MUT-TOUR hin weiterentwickelt wurde** und nun entsprechend für den MfV und den MUT-ATLAS z.B. hinsichtlich Finanzbuchhaltung ausgebaut wird.
- **Bereits 33 Mitglieder,** ohne dass überhaupt mit klassischer Bewerbung begonnen worden wäre. Darunter **eine erste Selbsthilfegruppe** aus München "Zu Wort kommen...und zuhören" unter dem MüPe e.V.; Gespräche mit SHGen haben ergeben, dass sich auch andere Gruppen

vorstellen können, sich dem MfV als Mitgliedsgruppen anzuschließen.

- **Mitgliedschaften in Dach- und Wohlfahrtsverbänden**: Der Verein wird vss. noch im Januar 2021 Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband, Landesverband Hessen, sowie dem Aktionsbündnis Seelische Gesundheit. Weitere Mitgliedschaften werden bereits für 2021 avisiert. Wir versprechen uns durch die Vernetzung die geplante Zusammenarbeit mit andern SH-Verbänden zu vereinfachen.

- **Realisierung** eines durch die *Deutsche Stiftung für Ehrenamt und Engagement* geförderten Projektes zum Aufbau einer interaktiven Online-Verwaltung als Ausbau o.g. Datenbank im Dezember 2020.

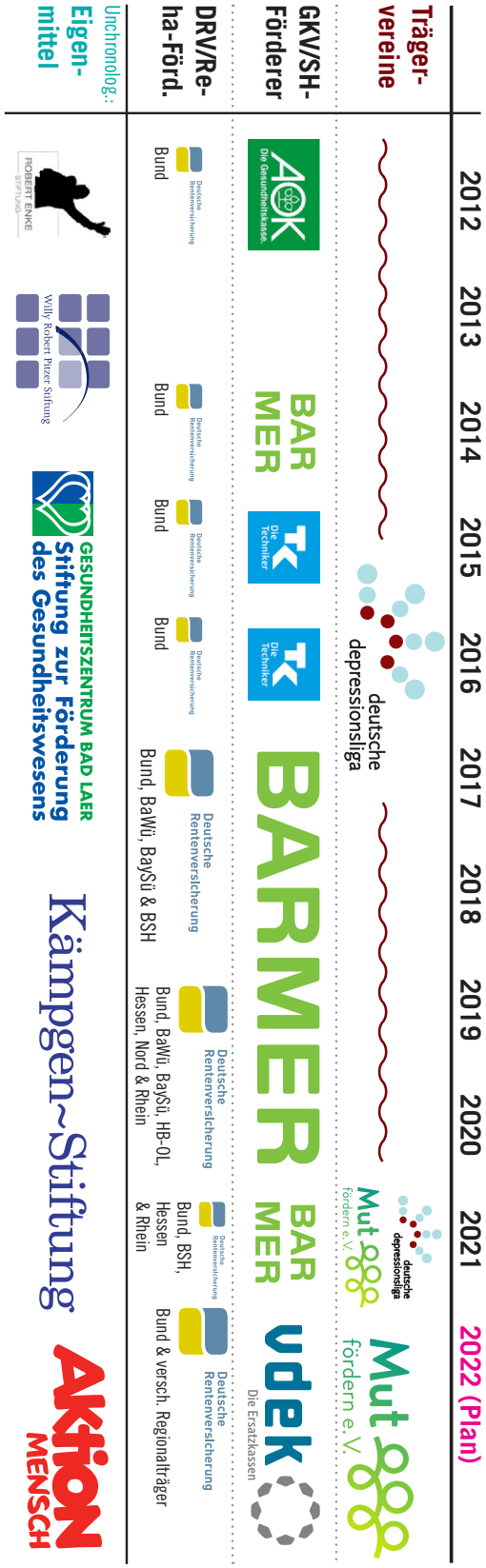
- **Zur Finanzierung** des nicht beim VDEK beantragten Anteils des "**MUT-ATLAS 2021**" gibt es bereits mündlich in Aussicht gestellte Förderungen.

- Bereits erste Aktivitäten zum **Ausbau unserer Landesundergliederungen in 8 Bundesländern:** Seit Januar 2021 sind die Ansprechpartner*innen unserer sich im Aufbau befindenden Landesundergliederungen auf unserer Website auffindbar. Im Austausch mit diesen 12 Mitgliedern haben wir bereits verschiedene Ideen vorbereitet, wie deren Beratungsangebote effizienter beworben bzw. zur Zielgruppe gebracht werden können.

Fazit

Die Gründe für den Aufbau einer neuen Bundesselbsthilfeorganisation antworten auf eine bestehende Nachfrage seitens Betroffener und Angehöriger einer per se riesigen Gruppe Erkrankter: Bei psychisch Erkrankten wird von mehr als 17 Millionen Betroffenen ausgegangen, alleine "die Depression" hat den Status der Volkskrankheit – die wenigsten der anderen 97 Einzeldiagnosen haben den Status "selten". Aufgrund der immer noch sehr stark wirkenden (Selbst-) Stigmatisierung bleibt das Arbeiten mit psychisch Erkrankten jedoch eine Art "Perlentauchen", da sich nur die allerwenigsten trauen, sich dem Thema, entsprechenden Initiativen oder gar Vereinen zuzuwenden.

Uns geht es darum, mit dem Mut fördern e.V. als weitere Bundesselbsthilfeorganisation für von Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen Betroffene, deren Angehörige, beruflich Helfende sowie "lediglich" interessierte Menschen ein Knotenpunkt für gemeinsame Ziele wie Empowerment und Öffentlichkeitsarbeit zu sein!



Zeitstrahl bzgl. Trägerschaft und Finanzierung von MUT-TOUR bzw. Angeboten des Mut fördern e.V.; Die Logos in der Spalte "Eigenmittel" stellen weder Förderverhältnisse, noch -häufigkeit oder -zeitpunkte dar.