

Selbsthilfeverband zu sozialer Phobie veröffentlicht neue Informationsmaterialien

Braunschweig. Der Verein „intakt e.V.“ hat als Norddeutscher Selbsthilfeverband bei Sozialer Phobie neue Informationsmaterialien veröffentlicht. Einerseits wurde ein aktualisierter Flyer herausgebracht, der die Arbeit des Vereins, seine Ziele und Aufgaben, Kontaktdaten und Themen vorstellt, mit welchen sich der als Dachverband von Selbsthilfegruppen im nördlichen Teil Deutschlands mit einigen Exklaven im Süden fungierende Zusammenschluss versteht, identifiziert. „Wir haben insbesondere auf eine modernere Gestaltung geachtet und den Umfang des Flyers begrenzt. So ist er im handlichen Format ein gutes Aushängeschild, mit dem wir fortan Werbung für uns machen können“, sagt Julian Kurzidim, 1. Vorsitzender.

Daneben wurde auch eine Broschüre aufgelegt, die mit wertvollen Tipps für den Alltag von Selbsthilfegruppen eine Anleitung zur Gestaltung des Zusammenkommens von Menschen gibt, die mit Schüchternheit und Sozialer Phobie konfrontiert sind. „Bei solch einem Krankheitsbild ist es ohnehin schwierig, von der Selbsthilfe wirklich zu überzeugen, deshalb braucht es ein sensibles Ansprechen der Betroffenen. Insofern haben wir nicht nur eine einfache Sprache gewählt, sondern dem Einzelnen auch viel Freiraum in der Beurteilung gelassen, ob eine Gruppe denn auch eine mögliche Ergänzung zur Psychotherapie ihn persönlich und seine individuelle Situation sein kann“, meint Dennis Riehle, 2. Vorsitzender.

Sowohl Flyer und Broschüre können beim „Intakt e.V.“ kostenlos bezogen (Post: Wendenring 4, Briefkasten 93, 38114 Braunschweig, Mail: intakt-ev@schuechterne.org) oder auf der Webseite www.schuechterne.org.de heruntergeladen werden.

Hintergrund:

Als „Soziale Phobie“ wird die Angst vor dem Umgang mit Menschen bezeichnet, die Furcht davor, im Mittelpunkt zu stehen und bewertet zu werden, Ablehnung zu erfahren oder Erwartungen nicht erfüllen zu können. Sie zeichnet sich nicht nur durch eine Zurückgezogenheit aus, sondern durch ein ausgeprägtes Schüchternsein, eine hohe Sensibilität, eine starke Verletzlichkeit und eine Neigung zu depressiven Verstimmungen. In Angst auslösenden Situationen sind Panikattacken mit Erröten, Schwitzen, raschem Puls u.a. denkbar, die wiederum neue Sorge davor auslösen, Mitmenschen könnten diese Nervosität, die auch in Sprechhemmungen und Verkrampfung ihren Ausdruck finden kann, bemerken. In Deutschland kann von etwa 2 Millionen Betroffenen ausgegangen werden.

Der Verein „intakt e.V.“ wurde 2004 ins Leben gerufen und hilft bei der Gründung und Leitung von Selbsthilfegruppen zu Sozialer Phobie. Er versteht sich als deren Interessenvertreter, vermittelt Betroffenen Kontakte zu den passenden Gruppen, stellt Materialien zur Verfügung, berät Erkrankte und deren Angehörige und startet regelmäßig Projekte wie beispielsweise die Buchveröffentlichung „Der ängstliche Panther“. Er ist als gemeinnützig anerkannt.

V.i.S.d.P./Impressum:

Dennis Riehle