



Gib Depressionen ein Gesicht!

„Gib Depressionen ein Gesicht“, ist ein Projekt, das Dirk Ludwig Anfang dieses Jahres ins Leben gerufen hat. Ziel dieses Projektes ist es, Depressionen als Krankheit bekannter zu machen. Bereits jetzt folgen ihm schon mehr als 2.600 Leute auf seiner Facebookseite.

Seit knapp 30 Jahren ist Dirk Ludwig Hobbyfotograf. Im Rahmen seiner fotografischen Laufbahn wurde er sogar schon mehrfach ausgezeichnet. Zum Beispiel als Deutscher Meister der Fotografie des BSW, als Künstler des Deutschen Verbandes für Fotografie oder auch mit dem besonderen Titel „EFIAP“ (Excellence) vom Weltverband der Fotografie.

Doch das ist nicht das, worüber wir hier in diesem Artikel berichten wollen. Denn unser Themenschwerpunkt dieses Artikels knüpft an einem anderen Punkt in Dirks Leben an.

Vor wenigen Jahren erlitt der zweifache Familienvater ein schweres Burnout. Dieses Burnout sorgte dafür, dass er seinem Beruf im Ma-

nagement einer Bank nicht mehr nachgehen konnte und kurz darauf sogar berentet wurde. Doch anstatt in diesem dunklen Loch in seinem Leben zu verzweifeln, versuchte Dirk Ludwig, diesem Schicksalsschlag etwas Positives abzugewinnen.

„Ich nutze meine Zeit als Rentner und versuche, mein Hobby – die künstlerische Fotografie – mit ei-

nem „gemeinnützigen“ Engagement zu verbinden.“

Anfang 2016 initiierte er das Projekt „**Gib Depressionen ein Gesicht**“ und begleitet es seitdem mit sehr viel Herzblut.

Die eigentliche Idee zu der Initiative stammte von Anna I. Ahrens, einem Model, das bereits seit ihrer Kindheit mit Depressionen zu kämpfen hat. Sie ist auch das Gesicht des Intension, welches überall zu finden ist. Mit ihr fotografierte Dirk Ludwig im Februar dieses Jahres die erste Bildserie zum Thema Depressionen. Das war sozusagen der Startschuss für das stetig weiter wachsende Projekt.

Seit diesem Tag wird fast täglich ein neuer Beitrag auf der Facebookseite von „Gib Depressionen ein Gesicht“ hochgeladen und auch auf youtube, Twitter und einer eigenen Website ist das Projekt inzwischen vertreten. Die Anzahl der interessierten Leute wächst fast täglich. Und genau das ist und war auch das Ziel der ursprünglichen Idee, die hinter dem Vorhaben steckt und steckte.

Ziel des Projektes ist es, Depressionen als Krankheit bekannter zu machen, für mehr Verständnis gegenüber Betroffenen in der Bevölkerung zu sorgen, Betroffenen Mut zuzusprechen und aus der Tabuzone herauszukommen.

Alleine in Deutschland leiden rund 4 Millionen Menschen an Depressionen, einer anerkannten Krankheit. Und obwohl in den letzten Jahren sich wirklich viel in Sachen Aufklärung getan hat, werden Betroffene trotzdem noch ständig mit Vorurteilen konfrontiert und regelmäßig stigmatisiert. Da die Krankheit nach außen hin kaum bis gar nicht sichtbar ist, ist es für viele Menschen schlichtweg schwer zu verstehen, wieso eine betroffene Person keinen Antrieb besitzt, sich nicht aufrufen kann, ständig nur zuhause sitzt, nicht weggehen möchte etc., denn nach außen hin wirkt die Person augenscheinlich schließlich völlig gesund!

Und genau dort liegt ein Hauptproblem: Depressionen sind nicht wie ein gebrochenes Bein, das man auf Anhieb erkennt, wo der Arzt genau weiß, was „kaputt“ ist, wie lange die Behandlung und die Genesungszeit dauert und wo auch jeder, der die Person sieht, direkt erkennt: „Ah, die Person ist aktuell krank. Sie ist nicht so belastbar wie sonst und ich muss ein bisschen Rücksicht nehmen.“ Dieses Verständnis kann nämlich nur eintreten, wenn das Gegenüber weiß, wie sich die Person fühlt, wie Depressionen „aussehen“ und gegen welche Gedanken und „Dämonen“ im Kopf die Person ankämpfen muss. Und solange dieses Wissen fehlt, ist es vielleicht auch ein bisschen normal und verständlich, dass

Betroffene ständig Vorurteile zu hören bekommen und stigmatisiert werden. Zumindest bis zu einem gewissen Grad. Denn wie soll jemand Verständnis gegenüber etwas zeigen, von dem er keinerlei Ahnung hat?

Ein Bild sagt mehr als 1000 Worte.

Ein einziges Bild kann oftmals viel mehr Nachrichten und Aussagen transportieren als ein ewig langer Text. Deshalb versucht Dirk Ludwig mit seinen Beiträgen und Bildern Menschen zu berühren und zum Nachdenken anzuregen. Seine Bilder wirken auf den ersten Blick meistens erst einmal etwas „anders“-irgendwie ungewohnt und speziell. Es ist schwer in Worte zu fassen. Ich



Fotograf: Dirk Ludwig

glaube, am einfachsten kann man es ausdrücken, indem man sagt: „Seine Bilder fallen aus dem Rahmen. Sie stechen aus der Masse hervor.“. Es sind nämlich keine Bilder, die man aus dem üblichen Fotostudio von nebenan kennt oder in (Mode-)Katalogen findet.

Auf seinen Bildern geht es nicht darum, dass das Model „perfekt“ im Sinne von „schön“ aussieht, dass es von seiner Schokoladenseite fotografiert wird, keine Makel sichtbar sind, alle Hautunreinheiten unter Make-up verschwinden und es ja kein Gramm zu viel auf der Hüfte hat. Sondern es geht darum, dass die Bilder ehrlich sind. Authentisch, voll Emotionen, Geschichte und ausdrucksstark. Jedes seiner Bilder soll eine Botschaft

transportieren. Eine wichtige Botschaft! Jedes Bild ist ein Zeichen. Jedes Bild verkörpert „Depressionen“. In jedem seiner Beiträge versucht Dirk Ludwig die Erkrankung, das Gedanken- und Gefühlsleben eines Betroffenen und die Sichtweise auf seine Umwelt festzuhalten und somit Depressionen ein „Gesicht“ zu geben. Damit sorgt er einerseits dafür, dass über das Thema Depressionen gesprochen wird, betreibt Aufklärung, macht die Erkrankung und die Auswirkungen dieser Diagnose bekannter und sorgt andererseits auch dafür, dass Betroffene mehr Mut finden, mit ihrer Diagnose offen umzugehen, und sich nicht mehr aus Angst und Scham, verurteilt zu werden, verstecken müssen. Denn

Depressionen ist nichts, wofür man sich schämen muss.

Das Projekt wächst!

Gestartet ist das Projekt wie bereits erwähnt im Februar diesen Jahres mit einer kleinen Bildstrecke zum Thema Depressionen, die Dirk Ludwig damals auf seiner Fotografie-Facebookseite hochgeladen hatte. Doch aufgrund des regen Zuspruchs bekam das Projekt recht bald eine eigene Facebookseite.

„Die Resonanz auf das Projekt hat meine Erwartungen bei weitem übertroffen!“, erinnert sich Dirk Ludwig zurück. „Mit Hilfe vieler Menschen – Selbstbetroffene als auch Nicht-Betroffene – hat sich die Reichweite der Bilder innerhalb kürzester Zeit so hervorragend entwickelt, dass ich recht schnell eine eigene Facebookseite mit dem Titel ‚Gib Depressionen ein Gesicht‘ ins Leben gerufen habe.“ Diese Facebookseite besitzt heute, nach knapp 8 Monaten, bereits über 2600 Fans und die Zahl wächst weiter. Außerdem gibt es passend dazu noch eine Online-Selbsthilfegruppe bei Facebook mit gleichnamigem Titel, in der sich depressive Menschen sowie Freunde, Angehörige oder einfach nur Interessierte an diesem Thema untereinander austauschen können. Diese Online-Selbsthilfegruppe soll keinesfalls einen Arzt oder Therapeuten ersetzen, aber sie kann ergänzend dazu betroffene Menschen dabei unterstützen, mit ihrer Diagnose besser zurechtzukommen, und Mut schenken. Denn gemeinsam ist man oftmals stärker und mutiger als alleine.

Des Weiteren ist das Projekt auch auf Twitter und youtube präsent und besitzt seit einigen Monaten sogar eine eigene Homepage auf der alle bisher veröffentlichten Bilder, Texte und Gedichte der Kampagne online sind, Presseartikel hochgeladen werden, Veranstaltungen geteilt und noch vieles mehr. Also reinschauen lohnt sich!



Fotograf: Dirk Ludwig, Bildbearbeitung: Katja Casper, Model: Anna

Längst arbeitet Dirk Ludwig nicht mehr alleine. Er führt Kooperationen und hat ein Team, das ihn bei seiner Arbeit unterstützt.

„Zurzeit arbeite ich bei dem Projekt mit vielen verschiedenen Autoren, Models, Digitalartisten und Fotografen zusammen“, erklärt Dirk Ludwig. Alle engagieren sich für das Projekt ehrenamtlich.

Ohne diese viele Unterstützung und fleißigen Helfer wäre die bisherige Entwicklung von **„Gib Depressionen ein Gesicht“** nicht möglich gewesen.

Der bisherige Erfolg des Projektes ist laut ihm vor allem das Ergebnis eines begeisterten und durch Leidenschaft vorangetriebenen Teams aus ehrenamtlichen Helfern, die für einen guten Zweck Hand in Hand

zusammenarbeiten. In diesem Team befinden sich sowohl von Depressionen betroffene Personen als auch nicht von der Krankheit betroffene Personen. Wer wer ist, erfährt allerdings niemand. Zumindest nicht von Dirk Ludwig.

Seit Juni arbeitet er regelmäßig mit dem Radio „Radio Depressione“ zusammen, das jeden 2. Dienstag im Monat live von 18.00 bis 20.00 Uhr im Programm von Radio hbw (Radio Harz-Boerde-Welle) ausgestrahlt wird.

Und nachdem die organisatorischen Voraussetzungen für das Projekt geschaffen wurden, wurde gemeinsam mit der Website www.fotolder.de eine öffentlichkeitswirksame Bildkampagne gestartet, an der sich auch viele bekannte Fotografen be-

teiligt haben. Außerdem besitzt das Projekt seit Kurzem auch einen offiziellen Botschafter. Stefan Goller, ein bekannter Eishockey-Spieler der Hannover Scorpions möchte als Botschafter des Depressions-Projektes seinen Teil zur Bekanntmachung des Projektes dazu beitragen.

Zusätzlich trägt die gesamte Eishockeymannschaft der Hannover Scorpions in dieser Saison vor jedem Spiel ihre Aufwärmtrikots mit Bildern aus dem Projekt. Und weitere Projekte, Kooperationen und öffentlichkeitswirksame Maßnahmen sind in Planung. Auch zwischen unserem Magazin und Dirk Ludwig beziehungsweise seinem Projekt **„Gib Depressionen ein Gesicht“** wird es in nächster Zeit noch die eine oder andere Zusammenarbeit geben.



„Künstlerische Fotografie ist meine große Leidenschaft.“

Ein Bild sagt mehr als 1000 Worte! Deshalb versuche ich mit meinen Fotos die Schönheit des Augenblicks einzufangen. Ob es die wunderbare Lichtstimmung ist, die das Model besonders vorteilhaft darstellt, oder die besondere Idee, die einen Schnappschuss von einem Kunstwerk unterscheidet, spielt dabei keine Rolle.

Ich mag Fotos die Geschichten erzählen und Emotionen befördern. Meine Gestaltungsmittel in der Abbildung des Menschen sind vielfältig. Spezialisiert habe ich mich auf die Peoplefotografie, von Portrait, über Fashion und Dessous bis hin zu Akt-Aufnahmen. In 31008 Elze (bei Hannover) besitze ich ein eigenes Fotostudio, in dem ich viel arbeite. Aber gerne suche ich mir auch andere Orte zum Shooten. Zum Beispiel verlassenere Orte; Lost Places.

Persönliche Danksagung von Dirk Ludwig an sein Team:

Stellvertretend für die vielen Unterstützer bei meinem Depressionsprojekt möchte ich fünf Personen besonders danken. Zum Ersten möchte ich Nadine Wagner, die gemeinsam mit mir die treibende Kraft des Projektes ist, danken. Sie ist die „gute Seele“ des Projektes und ohne sie wären wir nicht da, wo wir heute stehen. Zweitens möchte ich der Autorin Asmodina Tear danken, die speziell für meine Fotos sehr viele berührende Gedichte verfasst. Drittens geht ein großer Dank an das Model Anna I. Ahrens, das die Idee zu dem Projekt hatte und mit der ich die erste Bildreihe zum Thema Depressionen verwirklicht habe. Viertens bedanke ich mich bei dem Fotografen Thorben Karl Hoffmann, der sich ebenfalls sehr stark für das Projekt (besonders in der Musikszene) engagiert und auch den Kontakt zu Stefan Goller hergestellt hat. Und last but not least möchte ich dem Eishockey-Spieler der Hannover Scorpions danken, Stefan Goller, der sich als offizieller Botschafter unseres Projektes für die Krankheit Depressionen einsetzt.



Fotograf: Dirk Ludwig Fotografie www.dirk-ludwig.de
Bildbearbeitung: Tom's Photography
Model: Krystin Nikova

Anders sein (Asmodina Tear)

*Ihr Schritt ist so unglaublich monoton,
auf Kommando bleiben sie stehen,
richten ihren Blick nach vorne.
Nach hinten und zur Seite werden sie niemals sehen.
Für sie gibt keinen Ausweg
und kein Zurück,
sie sind zufrieden mit gekauftem Glück,
und merken nicht, wie es wirklich um sie steht.*

*Für die Masse sind sie kompatibel,
leicht zu lenken,
aber wird es ihnen jemals wahre Erfüllung schenken?
Wenn sie es nicht kennen, die Selbstliebe.
In meinen Ohren schmerzt ihr Gleichschritt,
ihr Urteil gegenüber dem Anderssein,
welches offenbart das Herz aus Stein
und wie es langsam zerbricht.*

*Doch ich bin stolz darauf, anders zu sein,
zu euren Entwürfen sagte ich ganz deutlich Nein,
denn ich weiß, es endet nur in stummer Pein.
Ich schaue zum Himmel, genieße den schwarzen Regen,
denn in seiner Kühle vermag ich aufrecht zu stehen,
viele von euch werde ich nicht wiedersehen,
doch IHR wart es, die sich weigerten zu verstehen.*

Bilder und Gedichte von „Gib Depressionen ein Gesicht“

Mit emotionalen, authentischen, zum Teil provozierenden aber immer ehrlichen Bildern und Gedichten will Dirk Ludwig Depressionen als Erkrankung bekannter machen, für mehr Akzeptanz sorgen, Aufklärung betreiben, Betroffenen Mut machen.... Einfach Depressionen ein Gesicht geben. Hier ein kleiner Ausschnitt und Einblick in die bisherigen Arbeiten von ihm und seinem Team.



Sonnensteine (Asmodina Tear)

*Die Nacht fiel lautlos herein
und wieder ruht sie allein,
mit nichts außer ihrer Pein.*

*Es gab Jahre, wo es anders war,
doch jetzt scheint der Tod erlösend und nah,
ihre Augen sehen schon längst nicht mehr klar.*

*„Bitte gebe nicht so einfach auf,
jemand hat dir auf dem Weg die Steine verbaut,
und ohne es merken hast du dem Tod deine Seele verkauft
Doch auch, wenn die Zeit erscheint,
gibt es jemanden, der dich mit seiner Liebe auf!“*

*Sie zuckt zusammen,
als die Stimme tröstend zu ihr spricht
und ein Licht wie ein Blitz das Dunkel bricht.
Plötzlich goldene Steine am Boden glänzen,
sie nimmt ihn in die Hand und beginnt das Glück zu schätzen*



Fotograf: Dirk Ludwig Fotografie www.dirk-ludwig.de

Verrückt? (Asmodina Tear)

*Schon immer hat sie die Wärme der Finsternis gespürt,
Sich in ihrer Umarmung geborgen gefühlt.
Ihre seelische Heimat war schon immer die Nacht,
lächelnd genoss sie die Berührung, den Hauch von Macht,
bei Mondenschein sie leise lacht
oder auch genüsslich das Blut freiwilliger Opfer trinkt,
im Chor sie mich ihnen so manches Lied singt.*

*Dennoch ist ihr Herz voller Güte,
und es schmerzt sie, wenn andere kreischen: „Verrückte!“
und leise versuchen, alles zu zerstören
dabei will sie nur sich selbst hören.
Ihr Verständnis hat manchem schon die Seele erwärmt,
als er von Einsamkeit und Kälte hat geschwärmt.
Doch tiefer und tiefer ziehen sich ihre Narben,
gibt es keinen Frieden mehr in diesen Tagen?*

*„Lasst mich einfach in Ruhe,
und blickt nicht argwöhnisch auf jeden Schritt, den ich tue.
Es tut weh und schmerzt,
ihr seid bunt und normal, dennoch habt ihr Herz.
Es ist ganz alleine mein Leben,
müsst ihr zu allem ungefragt eure Meinung abgeben?
Ich brauche eure Ratschläge nicht,
sie zeichnen nur Tränen in mein Gesicht.“*



Fotograf: Dirk Ludwig Fotografie www.dirk-ludwig.de
Bildbearbeitung: HiQ-Visions

Gib Depressionen ein Gesicht

Ein Projekt von

DIRK LUDWIG
fotografie



DIRK LUDWIG
fotografie

*Sub from
Deep Passion*

„Timmi“ ist ein Teddybär. Obwohl er als kleiner Teddybär nicht gerade groß ist, hat er trotzdem sehr große Ziele! Als Maskottchen von „Gib Depressionen ein Gesicht“ tritt er seine Reise durchs Internet an, um Depressionen als Krankheit bekannter zu machen. Immer wieder taucht er auf Bildern mit verschiedenen Personen auf, die ihm dabei helfen, sein Ziel zu erreichen. Die Bilder hierzu und eine Anleitung, wie Sie Timmi bei Erreichen seines Zieles unterstützen können, finden Sie ebenfalls auf der projekteigenen Website, bei Facebook, youtube oder Twitter.

Wo findet man „Gib Depressionen ein Gesicht“?

Auf Facebook unter dem Suchbegriff „Gib Depressionen ein Gesicht“ findet man sowohl die Facebookseite, auf der Dirk Ludwig regelmäßig emotionale Bilder, berührende Worte und Gedichte zum Thema Depressionen hochlädt, als auch die Online-Selbsthilfegruppe für Depressions-Betroffene, Freunde, Angehörige und Interessierte an diesem Thema und/oder dem Projekt.

Auf youtube besitzt das Projekt ebenfalls einen eigenen Kanal. Diesen findet man auch unter dem Suchbegriff „Gib Depressionen ein Gesicht“. Auf diesem Videokanal werden regelmäßig virtuelle Tagebuchausschnitte eines fiktiven Depressions-Betroffenen gepostet. Außerdem findet sich dort ein Videoclip von „Timmi“, dem Maskottchen des Projektes.

Und auch auf Twitter ist das Projekt vertreten. Dort findet man die Seite unter dem Suchbegriff „Depressionface“.

Oder – wenn man alle bisherigen Veröffentlichungen sehen und noch nähere Informationen zu dem Projekt haben möchte – besucht man am besten die projekteigene Website unter www.gib-depressionen-ein-gesicht.de. Auf dieser Website findet man auch Spruch-Karten und Mut-Mach-Karten, sowie alle Videos, Presse-Infos und Veranstaltungen.

Gib Depressionen ein Gesicht

www.gib-depressionen-ein-gesicht.de

Ein Projekt von
DIRK LUDWIG fotografie

D-31008 Elze, Am Schierkamp 11,
Tel: 0172 4675301, www.dirk-ludwig.de
email: dirk.ludwig.elze@t-online.de

