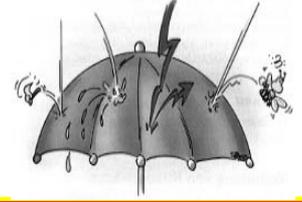




Interpersonelles Präventionsprogramm gegen Depression im Jugendalter (IPPDJ)

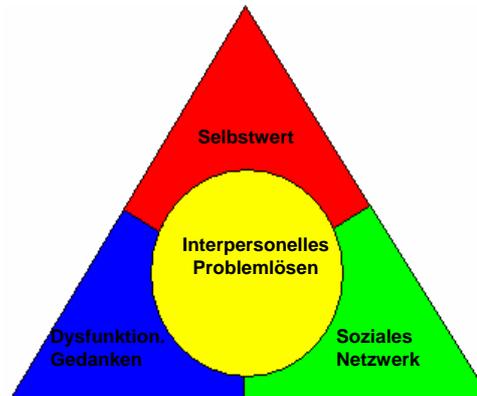
Bernd Röhrle, Pamela Reich, Franziska Knappke
Fachbereich Psychologie, Philipps Universität Marburg



Zusammenfassung

- Das IPPDJ stellt eine adaptierte Form des australischen Präventionsprogramms *Resourceful Adolescent-Program (RAP-A)* von Shochet, Holland und Whitefield (1997)^[1] dar.
- Die Besonderheiten beider Programme ist der nahe Bezug zu entwicklungspsychopathologischen Aspekten und Themen der interpersonellen Therapie.
- Mit verschiedenen Aktivitäten, die an Problemen von Jugendlichen angelehnt sind, werden die Schutzfaktoren positives Selbstwertgefühl, positives Denken, Fähigkeit um Problemlösen und soziale Unterstützung gefördert.
- Eine empirische Überprüfung der Wirksamkeit des IPPDJ fand in vier 8. Schulklassen statt. Es zeigte sich, dass sich durch das Programm unter anderem, die Netzwerkorientierung, sowie das Wissen über Depressionen verbessert hatte.

Bausteine:



Aufbau des IPPDJ

- acht 45-minütigen Sitzungen
- im schulischen Kontext
- Jugendliche im Alter von 12-15 Jahren
- optimale Gruppengröße: 12 Jugendliche
- 2 Elternabende & Elternbriefe

Besonderheiten

- Andere Programme zur Prävention der Depression basieren überwiegend auf der Kognitiven Verhaltenstherapie
- Der Schwerpunkt im IPPDJ liegt beim Interpersonellen Problemlösen, wodurch ein engerer Bezug zu entwicklungspsychopathologischen Themen hergestellt wird.

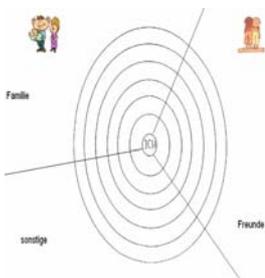
Programmbeschreibung

- 1. Stunde:** Sich Kennenlernen
Übersicht der Sitzungen
Was ist Depression?



- 3. Stunde:** Kognitiv verhaltenstheoretische Sitzung
Ziele:
•Erkennen von Emotionen
•Denkfehler: Fehlerhafte Informationsverarbeitung

- 2. Stunde:** Selbstwertgefühl
Ziele:
•Was ist Selbstwertgefühl?
•Einschätzung des eigenen Selbstwertgefühls
•Förderung und Aufrechterhaltung des Selbstwertgefühls



- 4. Stunde:** Unterstützendes soziales Netzwerk
Ziele:
•Bedeutsamkeit des sozialen Netzwerkes
•Wie verändere oder erweitere ich mein soziales Netzwerk

- 5./6. und 7. Stunde:** Interpersonelles Problemlösen
Ziele:
•Problemlöseschritte
•Probleme mit Lehrern und Freunden lösen
•Frieden halten - Frieden herstellen: Strategien
•Konflikte mit Eltern lösen
•Perspektivenübernahme



- 8. Stunde:** Abschluss, Evaluation
•Zusammenfassung der wichtigsten Informationen aus jeder Sitzung
•Verabschiedung

Rollenspiele

Evaluation

Fragestellungen

- Zufriedenheit der Teilnehmer mit dem Programm?
- Überprüfung der Wirksamkeit: Verringerung der Depressivität und allgemeiner Psychopathologie, sowie Verbesserung der im Programm bearbeiteten Themen: Soziales Netzwerk, Selbstwert, dysfunktionale Gedanken und interpersonelles Problemlösen?

Methoden

- ❖**Prä- Postvergleich**, quasiexperimentelles Design
EG: 53 Schüler (22 ♂, 31 ♀) aus zwei 8. Gymnasialklassen, Alter: 13-15 Jahre, KG: 58 Schüler (29 ♂, 29 ♀) aus 2 Klassen
Alter: 13-15 Jahre
- ❖**Überprüfte Variablen und Messinstrumente:** **Depressivität** (Allgemeine Depressionsskala, Hautzinger & Bailer, 1993), **Psychopathologie** (Screening psychischer Störungen im Jugendalter, Hampel & Petermann, 2005), **Selbstwert** (Frankfurter Selbstkonzeptskalen, Deusinger, 1986), **Soziales Netzwerk** (Netzwerkorientierungsfragebogen, Röhrle, 1994), **Dysfunktionale Gedanken** (Skala dysfunktionaler Einstellungen, Hautzinger, Joormann & Keller, 2005), **Interpersonelle Problemlösefähigkeit** (Fragebogen zum Problemlösen, König, Liepmann, Holling & Otto, 1985; Means-Ends Problem-Solving, Spivack & Platt), **Wissen zu Depression und präventionsrelevanten Themen** (selbstentwickelter Wissenstest) ▶ **Multivariate Varianzanalyse**
- ❖**Stunden- und Programmzufriedenheit** anhand selbstentwickelter Fragebögen evaluiert ▶ **t-Tests für abhängige Stichproben**

Ergebnisse

- Signifikante Verbesserung der „allgemeinen Hilfesuchbereitschaft“ ($p=0,025$) im Netzwerkorientierungsfragebogen
- Signifikante Erhöhung des Wissens über Depression und präventionsrelevanten Themen
- Hohe Zufriedenheit der Teilnehmer mit dem Programm

Schlussfolgerung

- Ergebnisse ermutigen zur Weiterentwicklung entwicklungspsychologisch und interpersonell orientierter Programme
- Eine längere Programmdauer beispielsweise könnte dazu beitragen, ein vertrauensvolleres Verhältnis mit den Teilnehmern aufbauen zu können und mehr Zeit für die Einübung erlernter Fertigkeiten zu erhalten.

Literatur

- [1] Shochet, I.M., Holland, D. & Whitefield, K. (1997a). *Resourceful adolescent program: Participant's manual*. Brisbane, Australia: Griffith University.
Shochet, I.M., Holland, D. & Whitefield, K. (1997b). *Resourceful adolescent program: Group Leader's Manual*. Brisbane, Australia: Griffith University.