

WIKI-D-Studie im Überblick

Ziele der WIKI-D Studie

Vergleich der Wirksamkeit zweier Psychotherapieformen zur Behandlung von leichten bis mittelgradigen Depressionen:

AKDT: Verhaltensaktivierung, Bearbeitung von depressiven Gedankenmustern und Stärkung der zwischenmenschlichen Fertigkeiten.

HDT: hypnotische Ressourcenaktivierung, Stärkung eigener Selbstheilungs-Fähigkeiten, biographische Arbeit.

Termine

Nach Informations- und Diagnostikgesprächen finden in einem Zeitraum von 24 Wochen 20 50-minütige Einzeltherapiesitzungen im Rahmen einer AKDT oder HDT statt. Abschließend wird zu drei Zeitpunkten Ihr Befinden mit Fragebogen und im Interview erfragt.

Studienteilnahme

Wenn Sie Interesse an einer Teilnahme haben, werden Sie persönlich über die Studie aufgeklärt. Wir prüfen dann in einem diagnostischen Vorgespräch, ob die Studie für Sie geeignet ist.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir nur Personen einschließen, die nach unseren Kriterien in die Studie passen und mit einer Zufallszuweisung zu einer der beiden Psychotherapieformen einverstanden sind.

Kontakt

Bei Interesse und für weitere Informationen, nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf:

Arbeitskreis Psychotherapieforschung bei affektiven Störungen

„Depressionsstudie“

Prof. Dr. Anil Batra und Dr. Kristina Fuhr, Dipl.-Psych.

Herrenberger Straße 23

72070 Tübingen

Tel.: 07071/ 29-87130

E-Mail: depressionsstudie@med.uni-tuebingen.de

Wir freuen uns auf Sie!



WIKI-D: Psychotherapie bei Depressionen



WIKI-D

Depressionen sind eine der häufigsten psychischen Erkrankungen. Zur Behandlung von leichten bis mittelgradigen Depressionen wird den Betroffenen eine **Psychotherapie** in Form einer Verhaltenstherapie (KVT), interpersonellen Therapie (IPT) oder tiefenpsychologisch fundierten Therapie (TP) empfohlen.

Nun soll geprüft werden, ob sich andere Psychotherapieformen als weitere vielversprechende Methoden zur Behandlung von Depressionen erweisen.

Die **Studie WIKI-D** (Wirksamkeit Aktivierend-Kognitionsfokussierter im Vergleich zu Hypnotherapeutischer Therapie bei leichten bis mittelgradigen Depressionen) hat das Ziel, die Wirksamkeit zweier Psychotherapieansätze - AKDT und HDT - bei leichten bis mittelgradigen Depressionen zu vergleichen.

Studienteilnahme

Sie wollen an einer der beiden Therapieformen teilnehmen? Melden Sie sich, wenn Sie...

- zwischen **18 und 70 Jahre** alt sind,
- derzeit an **einer Depression** leiden,
- In den letzten 12 Monaten **keine ambulante Psychotherapie** erhalten haben,
- an einer ggs. bestehenden antidepressiven Medikation seit drei Monaten **keine** Änderungen erfahren haben und
- ausreichend **Zeit für wöchentliche Therapiesitzungen** aufbringen können

Studienablauf

Die WIKI-D Studie umfasst die folgenden Bestandteile:

- Fragebogenerhebung sowie klinische Interviews vor und zu drei Zeitpunkten nach der Einzeltherapie (direkt danach, 6 und 12 Monate später)
- 20 Sitzungen **kostenfreie** Einzeltherapie mit AKDT oder HDT

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir Ihnen eine Studienteilnahme erst nach dem Diagnostikgespräch zusichern können.



Informationen zur AKDT und HDT

Beide Therapieformen werden in der WIKI-D Studie zur Linderung depressiver Symptome eingesetzt. Sie können jedoch lediglich an der **AKDT oder HDT** teilnehmen, was nach dem Diagnostikgespräch per Zufall entschieden wird. Bei beiden Therapieformen treffen Sie sich in einem Zeitraum von 24 Wochen für insgesamt **20 50-minütige Einzelsitzungen** mit einem qualifizierten Therapeuten. Die beiden Therapieformen unterscheiden sich jedoch in ihrem Vorgehen wie folgt.

AKDT

Bei dieser Therapieform werden in aufeinander aufbauenden Modulen Verhaltensaktivierung, Gestaltung des Alltags, Bearbeitung negativer und hinderlicher Denkmuster adressiert. Zusätzliche Elemente sind ausführliche Verhaltensanalysen und die Verbesserung zwischenmenschlicher Fertigkeiten sowie bei Bedarf der Umgang mit Schlafstörungen. Der Ablauf der Therapie erfolgt auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt.

HDT

Bei dieser Therapieform wird durch hypnotische Trance ein besserer Zugang zu den unterschiedlichen Ebenen des Erlebens und Handelns gefunden. Die Module der HDT fördern die hypnotische Aktivierung und Stärkung der eigenen Ressourcen, das Nutzen einschlägiger positiver und negativer Erfahrungen aus der Biographie und die Entwicklung passender Lösungsvorstellungen. Zusätzliche Elemente können sich auf die Arbeit mit Grübelgedanken und Schlafstörungen beziehen. Der Ablauf der Therapie erfolgt auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt.