

# SKILT Studie

Ohne zu lernen  
keine Verbesserung:  
Optimierung des Erwerbs  
von Therapiefertigkeiten  
bei Depressionen

Albert-Ludwigs-Universität Freiburg

Albert-Ludwigs-Universität Freiburg



**UNI  
FREIBURG**

Albert-Ludwigs-Universität Freiburg  
Institut für Psychologie  
Klinische Psychologie und Psychotherapie

[SKILTprojekt@psychologie.uni-freiburg.de](mailto:SKILTprojekt@psychologie.uni-freiburg.de)





## Ziele der Studie

Um die Behandlung und die Aussichten für Menschen mit Depressionen zu verbessern, führt die Universität Freiburg ein Forschungsprojekt durch. Deshalb suchen wir Menschen mit depressiven Beschwerden, die daran teilnehmen möchten.

In diesem Forschungsprojekt untersuchen wir mögliche Therapiemechanismen der Kognitiven Verhaltenstherapie bei Depressionen. Mit anderen Worten geht es um die Frage wie diese Therapie genau funktioniert. Um das zu untersuchen werden drei verschiedenen Komponenten der Kognitiven Verhaltenstherapie bei Depressionen voneinander isoliert und es wird untersucht auf welche Weise diese Komponenten möglicherweise Einfluss auf depressive Symptome nehmen. Darüber hinaus wird untersucht, welchen Einfluss kognitive Beschwerden auf die Wirkung der Intervention haben, und ob Menschen mit unterschiedlichen kognitiven Problemen von unterschiedlichen Komponenten profitieren.

Es ist möglich, dass es durch diese Intervention zu einer Besserung der Depression kommen kann, dies steht jedoch nicht im Vordergrund der Studie. Die in dieser Studie untersuchten Komponenten stellen keine eigenständige Therapie dar.

## Was beinhaltet das Projekt für Sie?

Während der Wartelistenzeit für Ihre Behandlung an der Psychotherapeutischen Ambulanz für psychische Störungen, werden StudienteilnehmerInnen nach dem Zufallsprinzip einer von drei Komponenten der Kognitiven Verhaltenstherapie zugeordnet. Jede Komponente besteht aus einer 50-minütigen EinführungsSitzung und drei 50-minütigen Sitzungen, die innerhalb von vier Wochen geplant sind. Zusätzlich zu diesen vier Sitzungen sind drei Forschungstermine erforderlich, um Ihre möglicherweise vorhandenen kognitiven Beschwerden und Symptome ausführlich zu untersuchen. Während dieser Termine (ein Termin von 2 Stunden vor dem Beginn der Intervention, und zwei Terminen von 20 Minuten nach dem Ende der Intervention) werden Sie aufgefordert, eine Reihe von Computeraufgaben zu erledigen und Fragebögen auszufüllen. Sie werden außerdem gebeten, für jede Therapie-sitzung einige Fragebögen auszufüllen.

## Welche Vor- und Nachteile haben Sie durch Ihre Teilnahme?

Durch Ihre Teilnahme ergeben sich keine Vor- oder Nachteile bezüglich der Behandlung, die Sie bei uns in der Ambulanz erhalten. Durch die Teilnahme an dieser Studie können Sie die Wartezeit bis zum Start der eigentlichen Therapie überbrücken und somit bereits erste Einblicke in einen Teil der therapeutischen Vorgehensweise der Kognitiven Verhaltenstherapie erhalten. Durch Ihre Teilnahme werden Sie jedoch auch fünf Mal zu einem Termin an das Institut für Psychologie kommen müssen und das Ausfüllen der Fragebögen und Computeraufgaben kostet Zeit und Anstrengung.

## Teilnahmebedingungen

Für die Teilnahme an dieser Studie suchen wir Menschen, die:

- aktuell an einer niedergeschlagenen, depressiven Stimmung leiden und die diagnostischen Kriterien für eine depressive Episode erfüllen.

Des weiteren könne Sie nur an der Studie teilnehmen, wenn:

- Sie aktuell keine Antidepressiva nehmen bzw. nicht planen eine Behandlung mit Antidepressiva zu starten. Wenn Sie Antidepressiva nehmen und seit mindestens 3 Monaten eine stabile Dosis erhalten, können Sie trotzdem an der Studie teilnehmen.
- Keine Abhängigkeit von Alkohol und / oder Drogen besteht.
- Sie derzeit keine weitere Behandlung für ein anderes psychisches Problem erhalten.

## COVID-19

Eine Teilnahme ist nur möglich, wenn Sie aktuell keine Symptome der COVID-19 Erkrankung zeigen, keinen Kontakt zu Erkrankten hatten und keiner Risikogruppe entsprechend den Kriterien des Robert-Koch Instituts angehören.

## Interessiert?

Kontaktieren Sie bitte das SKILT Forschungsteam:  
[SKILTprojekt@psychologie.uni-freiburg.de](mailto:SKILTprojekt@psychologie.uni-freiburg.de)