



# Hilfe, ein Freund ist depressiv: Kann eine App mir da helfen?

PHILIPP JAROSCHEWSKI - MASTER MARKT- UND MEDIENFORSCHUNG  
MM 1.2 METHODOLOGIE PROF. DR. IVONNE PREUSSER



## Bisherige Erkenntnisse, Relevanz und Forschungslücke

1985 wurde der BApK (Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V.) gegründet. 1999 schreibt das deutsche Ärzteblatt, Angehörige psychisch Kranker fordern mehr Unterstützung (vgl. Deutsches Ärzteblatt 96), aber das Thema ist auch 2021 noch aktuell: So titelt die SZ im März diesen Jahres »Der nichtdepressive Partner zerbricht leicht an der Belastung« (Vgl. Fellmann 2021). Die Zeit berichtet im Mai, wie man Menschen mit psychischen Notfällen helfen kann (vgl. Lubahn 2021). Laut der deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e. V. erkranken jedes Jahr in Deutschland 27,8% an psychischen Erkrankungen. Affektive Störungen, zu denen auch die depressiven Erkrankungen zählen, sind dabei mit 9,8% auf Platz 2 der häufigsten Erkrankungen. Dabei macht die unipolare Depression 8,2% aus (Vgl. Basisdaten Psychischer Erkrankungen o.J.). Laut Statista (2020) lag der Anteil derer, die an Depression erkrankt sind, 2011 je nach Geschlecht und Alter zwischen 5,1% und 14,3%. Somit scheint es ein **relevantes und publikes Thema** zu sein, doch was sind die **bisherigen Erkenntnisse**? Wissenschaftlich wurde die Belastung von Angehörigen nachgewiesen und untersucht, etwa in einer Dissertation von Wiesheu (2009). Eigendorf weißt 2020 den Angehörigen von psychisch kranken Patienten ein erhöhtes Risiko für psychiatrische Erkrankungen aus. Zudem wurde die Rolle von Diskussionsforen untersucht (vgl. Blume 2009). Auch Corona scheint einen Einfluss auf die Belastung zu haben, so sahen bei einer aktuellen Untersuchung der subjektiven Belastung von Menschen mit vorbestehenden psychischen Erkrankungen "mehr als die Hälfte der Befragten [...] eine Verschlechterung der psychischen Erkrankung durch den Ausnahmezustand" (vgl. Frank et al. 2020). Aktuell läuft die Studie "Gemeinsam durch die Depression" der deutschen Depressionshilfe und des Universitätsklinikum Freiburg, die versucht, ein Online-Selbsthilfeprogramm für die Bezugspersonen für Menschen mit Depressionen zuzuschneiden (vgl. Deutsche Depressionshilfe o.J.; Gemeinsam durch die Depression o.J.). Die schon vorhandenen Angebote für Angehörige sind dabei vielfältig: Von der Website der Deutschen Depressionshilfe oder Ratgebern wie etwa der von Hautzinger 2018, die Angehörige konkret mit einbeziehen, über Foren wie das Diskussionsforum Depression bis hin zu der interaktiven Website "Die Mitte der Nacht". Die AOK stellt mit einem Angebot einen Familiencoach zum Schutz der Angehörigen "vor betreuungsbedingten Überforderungen und daraus eventuell resultierenden eigenen psychischen Erkrankungen" zur Verfügung (vgl. Depression: Online-Training für Angehörige 2020). Eine App gibt es im Juni 2021 allerdings noch nicht. Die Forschungslücke ist hierbei die Untersuchung einer App mit dem Blick darauf, wie diese konkret helfen kann. Ein wenig angelehnt ist es an die "Gemeinsam durch die Depression"-Studie, die ebenfalls an Hand verschiedener Unterstützungsvarianten versucht herauszufinden, welche am besten wirkt.

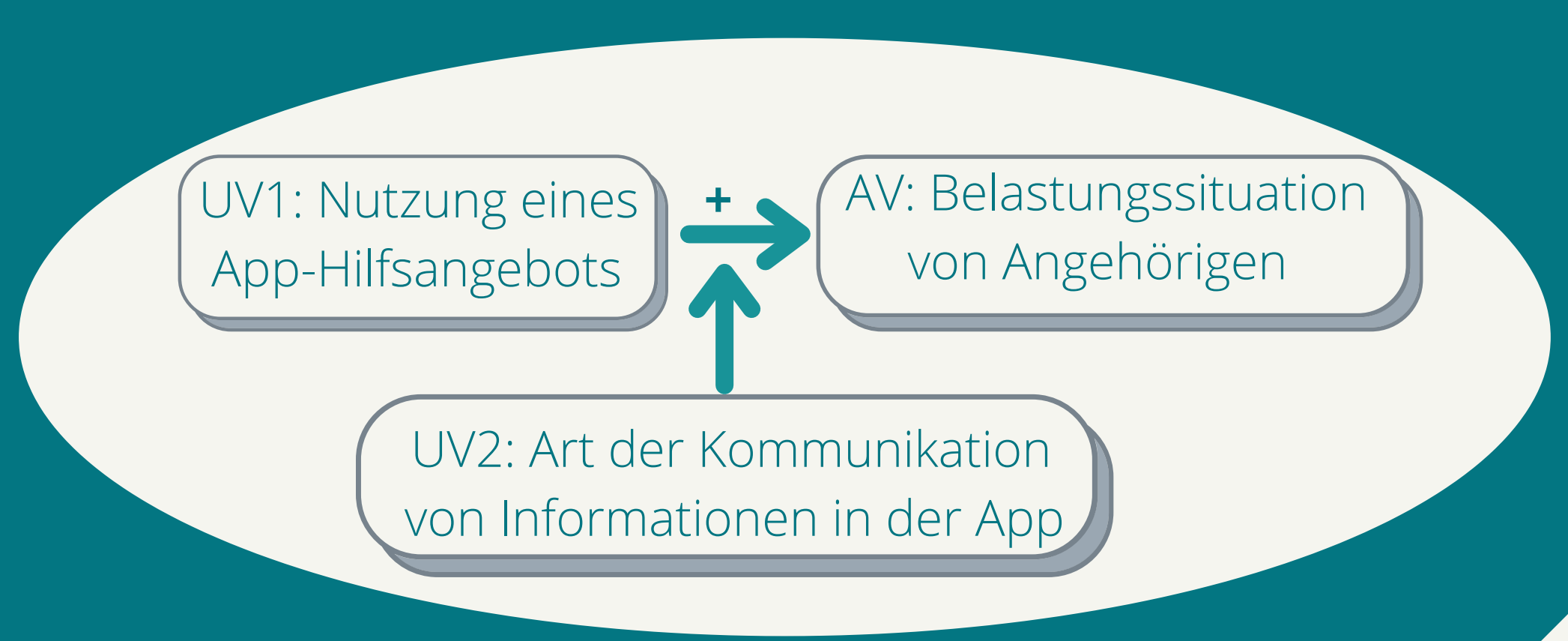
## Forschungsfrage: Wie lassen sich mit einem App-Hilfsangebot die Belastungen der Angehörigen von Menschen mit Depression reduzieren?

## Zielsetzung

**Ziel soll es sein, herauszufinden, wie sich die Belastungen der Angehörigen von Menschen mit Depression reduzieren lassen. Dazu wird eine App genutzt, um herauszufinden, ob diese die Belastungen reduzieren kann und welche Bestandteile dafür vor allem verantwortlich sind (siehe Forschungsdesign - Eckdaten).**

## Hypothesen:

- ➔ H1: Die Nutzung eines App-Hilfsangebots hat einen positiven Einfluss auf die Stärke der Belastung der Angehörigen von Menschen mit Depression.
- ➔ H2: Die Art der Kommunikation von Informationen in der App hat Einfluss auf die Wirkung des App-Hilfsangebots [Hilfshypothesen:
  - Je mehr Informationen zur Verfügung stehen, desto wirksamer ist das App-Hilfsangebot
  - Der Austausch mit Angehörigen zeigt eine höhere Wirkung als der mit Experten]



## Definitionen

- **Menschen mit Depression:** Personen, bei denen eine Depressive Erkrankung nach dem ICD-10 Klassifikationssystem psychiatrischer Erkrankungen der Weltgesundheitsorganisation WHO diagnostiziert wurde (vgl. GIMDI-ICD-10; Köpf 2016: 16).
- **Angehörige:** Menschen, die sich selbst als enge Bezugsperson eines depressiven Erwachsenen definieren. Die Personen können dabei verwandt oder befreundet sein (vgl. Gemeinsam durch die Depression).
- **App-Hilfsangebot:** Ein Programm, das als zusätzliches Anwenderprogramm auf Smartphones oder Tablet-PC's heruntergeladen werden kann. Als Funktion soll dabei die Weitergabe oder der Austausch von Informationen gegeben sein (Vgl. Duden: Applikation o.J.; Duden: App o.J.)
- **Belastungen:** Alle objektiven und subjektiven Belastungen, die mit dem depressiv erkrankten in Verbindung stehen. "Als objektive Belastungen gelten dabei alle beobachtbaren negativen Auswirkungen der Erkrankung auf Alltag, Beruf, Freizeit usw. aber auch Symptome und Verhalten des Patienten. Die subjektive Belastung dagegen ist als das Ausmaß definiert, in dem sich der Angehörige durch die objektiven Veränderungen tatsächlich eingeschränkt oder belastet fühlt." (Vgl. Wiesheu 2009: 2).

## Forschungsdesign

### Operationalisierung Belastungssituation

- Orientierung am "Fragebogen zur Belastung von Angehörigen" von A.M. Möller-Leimkühler, den Wiesheu (2009) nutzt (hier starker Familienbezug)
- Ergänzung um Literatur von nach Pai und Kapur (1981), nach denen als Quelle der Fragebogen entstanden ist

### Eckdaten

- Methode: Explorative Längsschnittstudie
- Laufzeit 4 Wochen
- Feldexperiment
- 4 Versuchsgruppen mit unterschiedlichen Funktionalitäten der App:
  - Angehörigenaustausch
  - Expertenaustausch
  - Informationen
  - alle drei Funktionen

### Teilnehmende

- insgesamt 100 Personen (25 pro Versuchsgruppe)
- Angehörige von Depressiven ab 18 Jahren + Belastung liegt vor

### Vorab

- Fragebogen zur Erhebung der Vorab-Belastung
- Einteilung in Versuchsgruppen & Installation der App

### Während

- Kontinuierliche Messung der Appnutzung
- Täglicher kurzer (5 Minuten) & wöchentlicher langer (30 Minuten) Fragebogen

### Danach

- Fragebogen zur Erhebung der Danach-Belastung

## Quellen:

- Basisdaten Psychische Erkrankungen: Stand Oktober 2020. dgpn. [https://www.dgpn.de/\\_Resources/Persistent/a2e357dac62be19b5050a1d89ff8603cfdbef9/2021008\\_Factsheet.pdf](https://www.dgpn.de/_Resources/Persistent/a2e357dac62be19b5050a1d89ff8603cfdbef9/2021008_Factsheet.pdf) [17.06.2021]
- BApK (o.J.): Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V. <https://www.bapk.de/der-bapk.html> [15.06.2021]
- Blume, A. et al. (2009): Evaluation eines Online-Diskussionsforums für an Depression Erkrankte und Angehörige – eine Untersuchung zu Motiven und Auswirkungen der Teilnahme. In: Neuropsychiatrie, Band 23, Nr. 1/2009, S. 42-51
- Depression: Online-Training für Angehörige (2020). In Ärzte Zeitung (Nummer 34, S. 8).
- Deutsche Depressionshilfe (o.J.): Online-Hilfe für Angehörige. Deutsche Depressionshilfe.de. <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/forschungszentrum/aktuellesstudien/onlinehilfe-fuer-angehoerige> [14.06.2021]
- Deutsches Ärzteblatt 96, Heft 44, S. November 1999. <https://www.aerzteblatt.de/nrefere?mode=swo-1041&typ=16&aid=19702&s=922Angeh%FfErige%psychisch+Kranker+f%F0rder+mehr+Unterst%F0tzung%22> [14.06.2021]
- Die Mitte der Nacht (o.J.). <https://www.die-mitte-der-nacht.de/home> [15.06.2021]
- DIMDI-ICD-10: ICD-10-GM Version 2018. dimdi.de. <https://www.dimdi.de/statistik/classifikationen/icd/icd-10-gm/kode-suche/html/gm2018/index.htm> [12.06.2021]
- Diskussionsforum Depression (o.J.). Diskussionsforum Depression.de. <https://www.diskussionsforum-depression.de> [15.06.2021]
- Duden: Applikation (o.J.). Duden.de. <https://www.duden.de/rechtschreibung/Applikation#Bedeutung-4> [17.06.2021]
- Duden: App (o.J.). Duden.de. <https://www.duden.de/rechtschreibung/App> [17.06.2021]
- Eigendorf, L. (2020). Angehörige psychisch kranker Patienten. In <https://hss-opus.ub.ruhr-uni-bochum.de/opus4/frontdoor/index/index/docId/7727>; urn:nbn:de:hbz:294-77275; <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:294-77275;https://hss-opus.ub.ruhr-uni-bochum.de/opus4/files/7727/diss.pdf> [2020]
- Fellmann, M. (2021). Der nichtdepressive Partner zerbricht leicht an der Belastung. 26. März 2021. Süddeutsche Zeitung.de. <https://sz-magazin.sueddeutsche.de/liebe-und-partnerschaft/depressiver-partner-ratschlaege-90020/reduced=true> [14.06.2021]
- Frank, A., Hörmann, S., Krombach, J., Faske, B., Holzthier, F., Frank, W., & et al. (2020). Psychisch krank in Krisenzeiten: Subjektive Belastungen durch COVID-19. (German). In Psychiatrie Praxis (Bd. 47, Nummer 5, S. 267-272). <https://doi.org/10.1055/a-1179-4230>
- Gemeinsam durch die Depression (o.J.). Gemeinsam durch die Depression.de. <https://www.gemeinsam-durch-die-depression.de> [14.06.2021]
- Hautzinger, M. (2018). Ratgeber Depression Informationen für Betroffene und Angehörige. Hogrefe.
- Köpf, G. (2006). ICD-10 literarisch. VS Verlag für Sozialwissenschaften. <https://doi.org/10.1007/978-3-8350-9667-7>
- Lubahn, B. (2021): MHFA Ersthelfer - Erste Hilfe für die Psyche. Zeit.de. <https://www.zeit.de/gesundheit/2021-05/mhfa-ersthelfer-kurse-depression-panikatacke-psychose-erste-hilfe/>
- <https://www.cambridge.org/core/journals/british-journal-of-psychiatry/article/psychiatric-patient-development-of-an-interview-schedule> [14.06.2021]
- Pai, S., & Kapur, R. (1981). The burden on the family of a psychiatric patient: Development of an interview schedule. In British Journal of Psychiatry (Bd. 138, Nummer 4, S. 332). <https://doi.org/10.1192/bjp.138.4.332>
- Statista (2020). Bevölkerungsanteil mit Depressionen in Deutschland nach Geschlecht und Altersgruppe im Jahr 2011. Statista.com. <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/221498/umfrage/bevoelkerungsanteil-mit-depressionen-in-deutschland-nach-geschlecht-und-alter/> [12.06.2021]
- Wiesheu, A. (2009). Angehörige chronisch psychisch Kranker - Belastungen und Belastungsprädiktoren.
- Wolfersdorf, M. (2010). Depression: Die Krankheit bewältigen (2. Auflage). Balance Verlag.