



Das multimodale Therapieprogramm für  
Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und  
Beziehungsstörungen (SELBST)

*Christiane Rademacher, Daniel Walter,  
Eva Dresbach, Tanja Schreiter*

Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Kindes- und  
Jugendalters &  
Ausbildungsinstitut für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie  
am Klinikum der Universität zu Köln  
[www.akip.de](http://www.akip.de)



UNIKLINIK  
KÖLN



kjppkölIn&akipkölIn




## Adoleszenz als Entwicklungsabschnitt

- Multiple Entwicklungsaufgaben/Veränderungen
- Hoher Anteil sekundär entstandener Störungsanteile vor dem Hintergrund nicht erkannter/ unzureichend kompensierter Auffälligkeiten des Kindesalters
- Neben Vollbildern psychischer Störungen zeigen sich häufig unspezifische Probleme und Symptome subklinischer Ausprägung
- Häufig liegt nachhaltige Gefährdung der weiteren Entwicklung vor



**Adoleszenz als Phase erhöhter Vulnerabilität**

## Problembereiche Jugendlicher -1

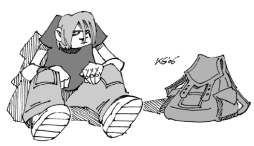



**Selbstwertprobleme**

- negative Einschätzung des Selbst der eigenen Fähigkeiten/des Äußeren
- ...der Umwelt  
Abwertung von Bezugspersonen in Familie/Peer/Schule
- ...der Zukunft  
geringe Überzeugung diese selber positiv beeinflussen zu können


**Aktivitäts- & Affektprobleme**

- verringertes Antriebs/Lustlosigkeit
- Gemischte affektive Belastungen z.B. depressiv-apatthisch selbstunsicher-ängstlich impulsiv-affektlabil






Walter, Rademacher, Schürmann & Döpfner (2007). Grundlagen der Selbstmanagementtherapie bei Jugendlichen. Therapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen, SELBST, Band 1. Göttingen: Hogrefe.



## Problembereiche Jugendlicher -2







**Leistungsprobleme**

- schlechte Schulleistungen
- geringe Leistungsmotivation, Anstrengungsvermeidung
- Misserfolgsorientierung, Leistungsängste
- Arbeitsorganisations- und Aufmerksamkeitsstörungen

**Gleichaltrigenprobleme**

- schlechte soziale Integration
- geringe soziale Kompetenzen in Kontaktaufnahme, Selbstbehauptung, Beziehungspflege
- Unangemessene Konfliktlösestrategien, selbstunsicher-aggressiv


### Problembereiche Jugendlicher -3


**Familien-  
probleme**

Negative Familienbeziehungen  
Mangelnde familiäre  
Unterstützung


Probleme in der gemeinsamen  
Kommunikation

Unzureichende Konflikt- und  
Problemlösestrategien






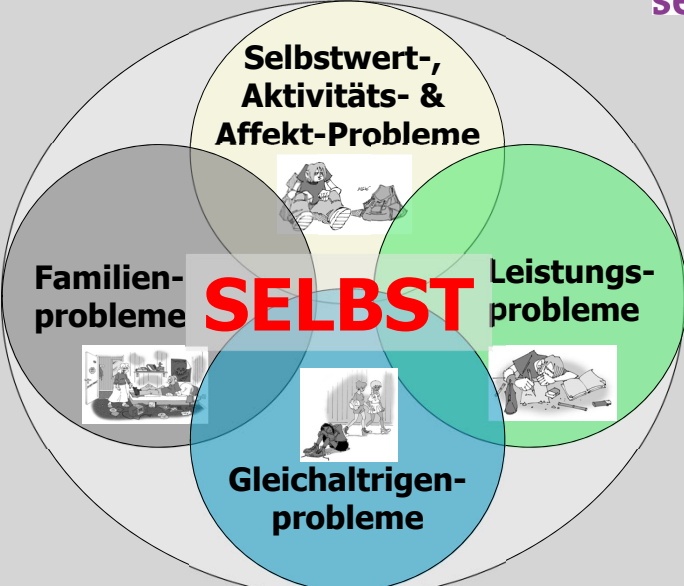
Grundlagen  
Therapieprogramm für Jugendliche mit  
Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen





Walter, Rademacher, Schürmann & Döpfner (2007). Grundlagen der Selbstmanagement-  
therapie bei Jugendlichen. Therapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-,  
Leistungs- und Beziehungsstörungen, SELBST, Band 1. Göttingen: Hogrefe.




### Transdiagnostische Indikation von SELBST










Walter, Rademacher, Schürmann & Döpfner (2007). Grundlagen der Selbstmanagement-  
therapie bei Jugendlichen. Therapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-,  
Leistungs- und Beziehungsstörungen, SELBST, Band 1. Göttingen: Hogrefe.



**Häufiges Grundproblem in der Behandlung**

**selbst** Grundlagentherapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen



**begrenzte Behandlungs- bzw. Änderungsmotivation des Jugendlichen**

UNIKLINIK KÖLN | Walter, Rademacher, Schürmann & Döpfner (2007). Grundlagen der Selbstmanagementtherapie bei Jugendlichen. Therapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen, SELBST, Band 1. Göttingen: Hogrefe.

UNIKLINIK KÖLN | Hippokratia | © C. Rademacher

**SELBST – Behandlungsphasen**

**selbst** Grundlagentherapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen

Problem- und Zielanalyse	1 Screening der Eingangsbeschwerden, Beziehungsaufbau, Informationsvermittlung
	2 Multimodale Diagnostik: Probleme & Kompetenzen, Belastungen & Ressourcen
	3 Problemanalyse, Erarbeitung eines Störungskonzeptes
	4 Zielanalyse, Stärkung der Änderungsmotivation, Interventionsplanung
Intervention und Verlaufskontrolle	5 Durchführung von Interventionen
	6 Zwischenevaluation & Zielerreichung
	7 Stabilisierung, Rückfallprävention

UNIKLINIK KÖLN | Walter, Rademacher, Schürmann & Döpfner (2007). Grundlagen der Selbstmanagementtherapie bei Jugendlichen. Therapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen, SELBST, Band 1. Göttingen: Hogrefe.

UNIKLINIK KÖLN | Hippokratia | © C. Rademacher

## Hauptpublikationen und Dissertationen zu SELBST

**selbst** Grundlagen

- Walter, Rademacher, Schürmann & Döpfner (2007). *Grundlagen der Selbstmanagementtherapie* bei Jugendlichen. Therapieprogramm SELBST, Band 1. Göttingen: Hogrefe.

**selbst** Selbstwertprobleme

- Dissertation Schreiter (2016)
- Schreiter & Döpfner (in Vorb.). *Selbstwert-, Aktivitäts- und Affektprobleme* im Jugendalter. Therapieprogramm SELBST, Band 4. Göttingen: Hogrefe.

**selbst** Leistungsprobleme

- Dissertation Walter (2004)
- Walter & Döpfner (2009). *Leistungsprobleme im Jugendalter*. Therapieprogramm SELBST, Band 2. Göttingen: Hogrefe.

**selbst** Gleichaltrigenprobleme



- Dissertation Dresbach (Schmitt) (2010)
- Dresbach & Döpfner (im Druck). *Gleichaltrigenprobleme im Jugendalter*. Therapieprogramm SELBST, Band 3. Göttingen: Hogrefe.



**selbst** Familienprobleme

- Dissertation Rademacher (2012)
- Rademacher & Döpfner, M. (in Vorb.). *Familienprobleme im Jugendalter*. Therapieprogramm SELBST, Band 5. Göttingen: Hogrefe.


**selbst** Gruppe

- Dissertation Maiwald (2011)
- Dissertation Feldkötter (2015)

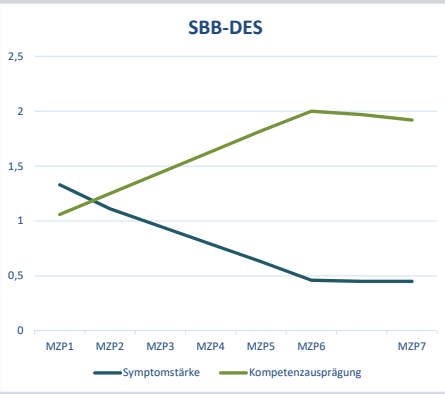



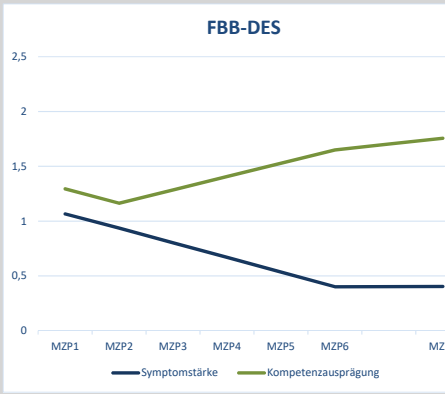
## Pilotstudie SELBST - Selbstwertprobleme




### SBB-DES




### FBB-DES

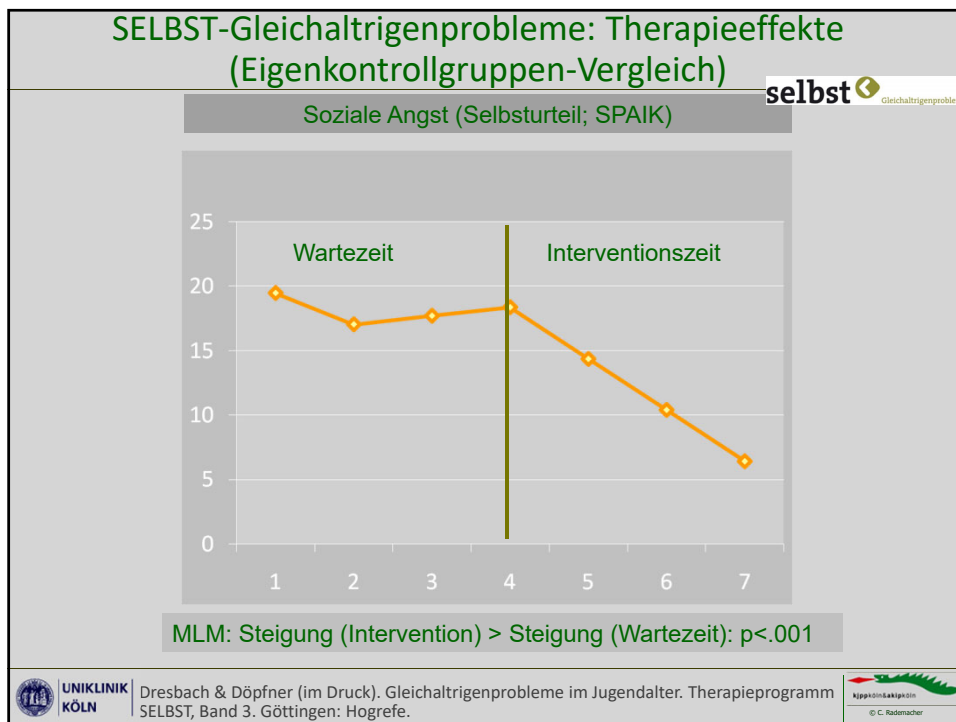
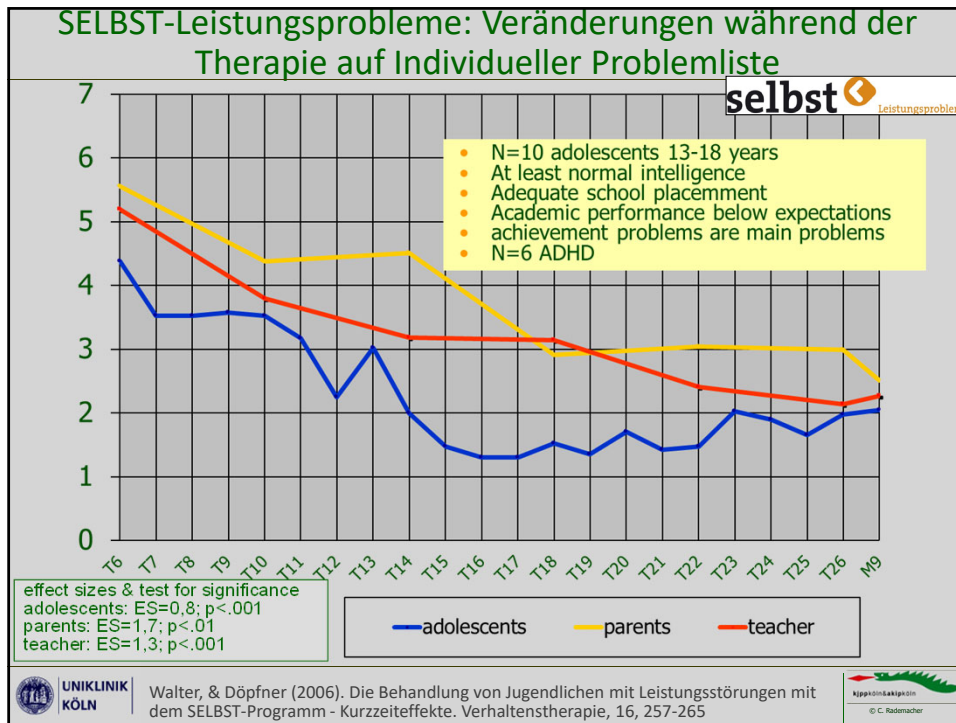


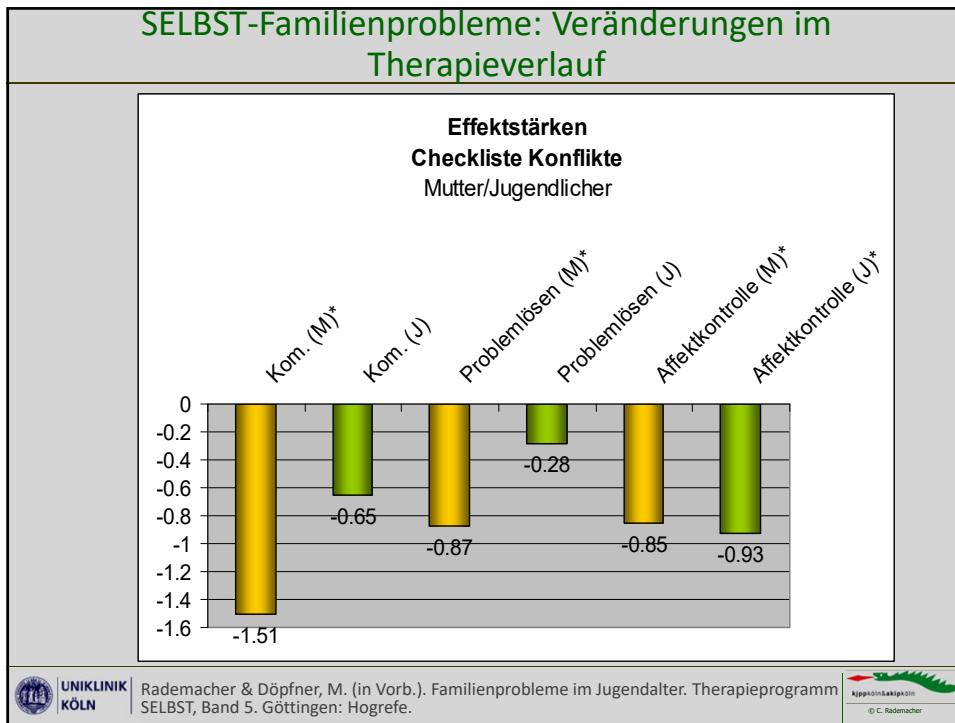
Verlauf während Wartezeit (MZP1-MZP2), Therapiezeit (MZP2-MZP6) und Follow-up (MZP6-MZP7) (MLM)



Schreiter (2016) Konzeption und Evaluation eines kognitiv-behavioralen Therapiemanuals zur Behandlung von Selbstwert-, Aktivitäts- und Affektproblemen im Jugendalter. Dissertation Medizinische Fakultät, Universität zu Köln







### Die SELBST- App

In der App sollen individuelle Therapie-Hausaufgaben (sogenannte JOBS der Woche) wöchentlich in der Therapiestunde gemeinsam mit dem Therapeuten festgelegt und im Alltag von den Jugendlichen protokolliert werden.

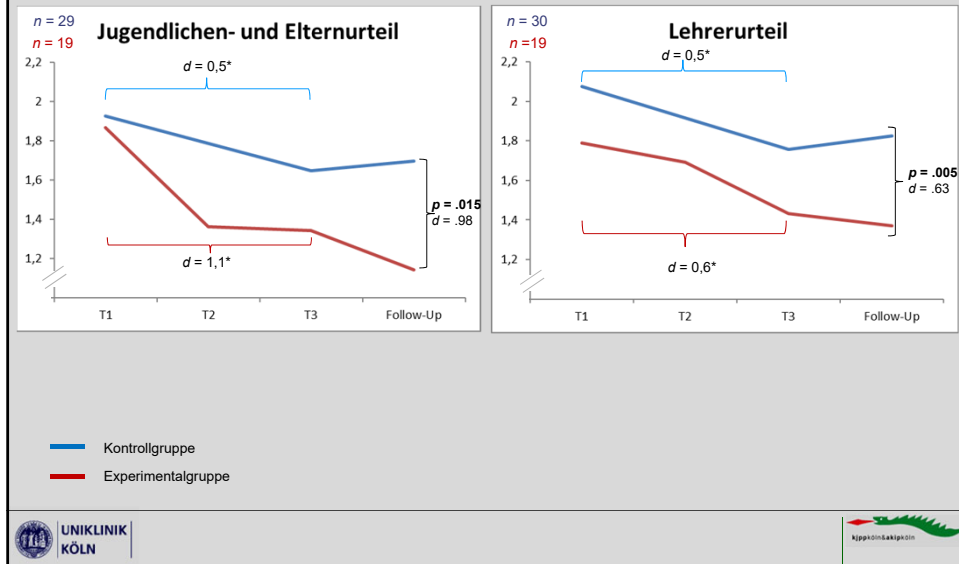
**Funktionen der Handy-App:**

- ✓ Strukturierungshilfe
- ✓ Unterstützung bei Umsetzung
- ✓ Spezifische Motivierungshilfen
- ✓ Wissensdatenbank
- ✓ Kontingenzmanagement
- ✓ Trackingfunktion

UNIKLINIK KÖLN | Technology Arts Sciences TH Köln | AppKölnKapseln



## SELBST-CL-Leistung – Checkliste Leistungsprobleme



## Fazit



Es bedarf weiterer RCT-Studien zu den verschiedenen Interventionsbereichen von SELBST

Die Beteiligten im SELBST-Team:

*Eva Dresbach, Daniel Feldkötter, Ruth Maiwald, Tanja Schreiter, Christiane Rademacher, Stephanie Schürmann, Daniel Walter & Manfred Döpfner*

**DANKE**