



LARS & LISA

Lust An Realistischer Sicht & Leichtigkeit Im Sozialen Alltag

Trainingsprogramm zur
Prävention von Depressionen
bei Jugendlichen

Patrick Pössel, Andrea B. Horn, Simone Seemann u.
Martin Hautzinger, 2004

Referentinnen: Yasmin Borowski, Gabriele Hahn, Sintje Holler, Louise Jait, Janet McIntyre

Inhalt

- Störungsbild
- Theoretischer Hintergrund
- Programmaufbau
- 5 Bausteine
- Diskussion

Depression

Depression: komplexer Begriff für eine vielfältige Symptomatik

Kernsymptome einer depressiven Episode (ICD 10/ DSM-IV):

- Depressive Stimmung (die meiste Zeit des Tages, min. 2 Wochen)
- Verlust von Interesse an Aktivitäten
- verminderte Antrieb oder gesteigerte Ermüdbarkeit (nur ICD 10)

DSM-IV: bessere Berücksichtigung alterstypischer Besonderheiten bei Jugendlichen

- reizbare Verstimmung anstelle depressiver Verstimmung

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Risikofaktoren für die Entwicklung einer depressiven Störung

1. Subklinische depressive Symptomatik im Jugendalter
2. Depressive Erkrankung eines Elternteils
3. Belastende Lebensereignisse
4. Weibliches Geschlecht
5. Alter
6. Soziale Ressourcen
7. Kognitive Stile

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Depression



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Das Modell der Sozialen Informationsverarbeitung nach Dodge

- | | |
|-----------------------------------|---|
| 1. Enkodierung
↓ | ← Informationsverarbeitungsbias
(Wahrnehmung & Gedächtnis) |
| 2. Mentale Repräsentation
↓ | ← Bedeutungszuschreibung
(Attributionsstil, kogn. Triade/Fehler) |
| 3. Vorbereitung der Reaktion
↓ | ← Gespeicherte Reaktionsalternativen
(Verbalisierung, körperl. Aktivierung
und erlebter Affekt) |
| 4. Evaluation der Reaktion
↓ | ← Beurteilung
(Konsequenzen, Akzeptabilität, Moral) |
| 5. Umsetzung der Reaktion | ← Verhalten
(verbal, motorisch, physiologisch) |

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Das Modell der Sozialen Informationsverarbeitung nach Dodge



→ Beispiel



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Das Modell der Sozialen Informationsverarbeitung nach Dodge

Situation: Morgens auf dem Schulhof: Peter trifft auf Paul...

- | | |
|-----------------------------------|---|
| 1. Enkodierung
↓ | ← "der guckt mich nicht an und macht, daß er schnell weg kommt" |
| 2. Mentale Repräsentation
↓ | ← „das macht er, weil er mich langweilig findet, keiner mag mich oder wird mich je mögen , weil ich einfach langweilig und uncool bin, da kann man nichts machen“ |
| 3. Vorbereitung der Reaktion
↓ | ← „bei Zurückweisung traurig und hilflos fühlen, sich schämen, rot werden, nichts mehr sagen, wegrennen“ |
| 4. Evaluation der Reaktion
↓ | ← „wenn ich jetzt da rein gehe, gucken die mich blöd an oder lachen mich aus, ich hau ab, dann muss ich das nicht ertragen“ |
| 5. Umsetzung der Reaktion | ← Peter macht sich auf den Nachhauseweg |

Störungsbild

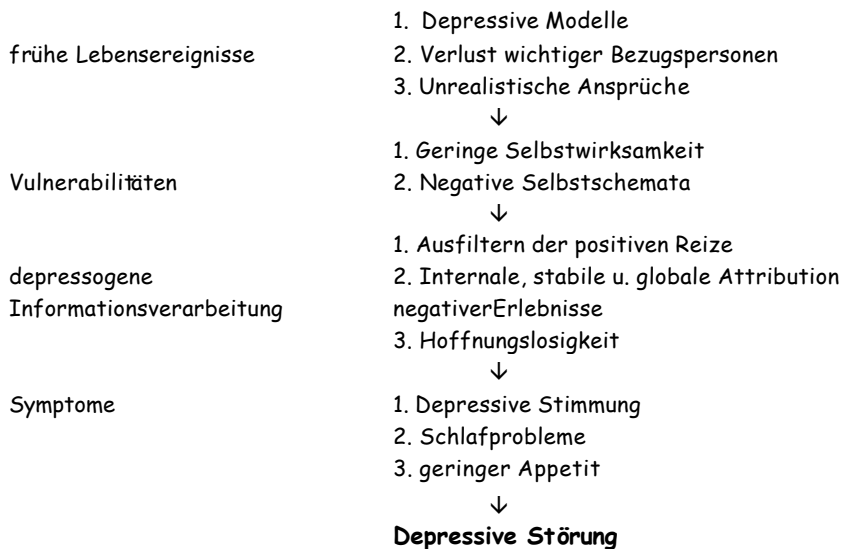
Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Das Modell der Sozialen Informationsverarbeitung nach Dodge (Entwicklung einer depressiven Störung)



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Programmstruktur und wiederkehrende Elemente

- Universelles Präventionsprogramm, basierend auf Dodge
- Ziel: auf vielen Stufen der Informationsverarbeitung anzusetzen
- Methoden des Trainings sozialer Kompetenzen
- Trainings zum selbstsicheren Verhalten
- Schwerpunkt soll eindeutig auf Rollenspielen liegen

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

rogrammstruktur und wiederkehrende Elemente

- Durchführung: 10 aufeinander folgenden Wochen
- Dauer: 2 Schulstunden (90min.)
- 1. Stunde allgemeine Einführung, Kennenlernen
- folgenden Stunden gliedern sich in **5 Bausteine**
- 2 Trainer führen gleichzeitig durchs Programm
- Trainer: PsychologInnen, PsychotherapeutInnen, oder SozialpädagogInnen und PädagogInnen

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Programmstruktur und wiederkehrende Elemente

- Empfohlene Gruppenstärke: 12-16 (durchgeführt mit bis zu 24)
- Altersgruppe: Jugendliche von 12 bis 16 Jahren
- Wiederholungen sollen helfen die Relevanz der vermittelten Fähigkeiten zu verstehen
- Struktur und Ablauf der Doppelstunden ist ähnlich und gliedert sich wie folgt:

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

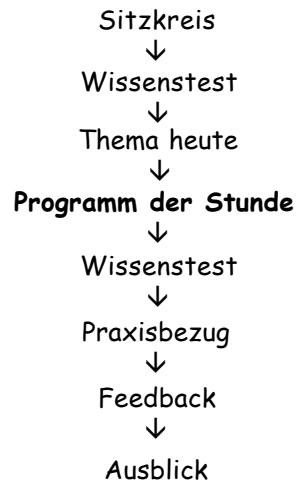
Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Programmstruktur und wiederkehrende Elemente

Struktur der Doppelstunden



Störungsbild

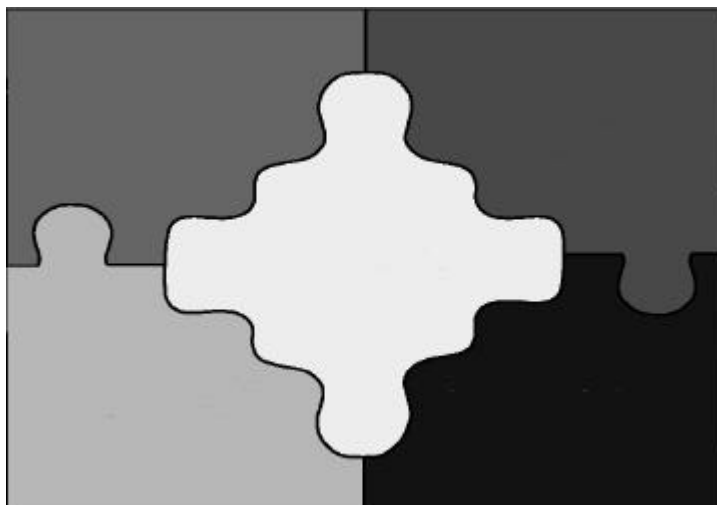
Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Vorstellung der fünf Bausteine



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Vorstellung der fünf Bausteine

Wir stellen Euch nun die fünf inhaltlichen Bausteine von Lars & Lisa vor

- Zur Einführung jeweils ein Rollenspiel
- Die Inhalte des Bausteins
- Eine Übung des Bausteins

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 1: Rollenspiel



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 1: Find your aims

- Formulierung persönlicher Ziele
- Operationalisierung dieser Ziele

Baustein 1: Find your aims

- Gründe erarbeiten, warum es wichtig ist, Ziele zu haben und diese aufzuschreiben
- Regeln für das Formulieren eigener Ziele
- Übung zum Formulieren von Zielen, Erstellen eines Zielposters und Übung zum Formulieren von Teilzielen

Das Formulieren von Zielen

1. Ziele positiv formulieren!
2. Ziele unabhängig von anderen Personen formulieren.
3. Ziele konkret formulieren, damit klar ist, wann sie erreicht sind. Woran sehe ich oder wodurch merke ich, dass ich ein Ziel erreicht habe?
4. Ziele sollten realistisch und erreichbar sein.
5. Große Ziele in kleinere Teilziele verwandeln.
Auch für die Formulierung von Teilzielen gelten wieder die Punkte 1 bis 4.

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 1 - Find your aims Übung

- Ihr findet eine Karte unter Eurem Stuhl
- Auf diese Karten sollt Ihr ein Ziel aus einem der folgenden Bereiche schreiben: Freizeit, Familie, FreundInnen, Sport, Hobby, private Projekte, etc.
- Formuliert dieses Ziel nach den fünf Kriterien

- 3 Minuten Zeit

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Das Formulieren von Zielen

1. Ziele positiv formulieren!
2. Ziele unabhängig von anderen Personen formulieren.
3. Ziele konkret formulieren, damit klar ist, wann sie erreicht sind. Woran sehe ich oder wodurch merke ich, dass ich ein Ziel erreicht habe?
4. Ziele sollten realistisch und erreichbar sein.
5. Große Ziele in kleinere Teilziele verwandeln.
Auch für die Formulierung von Teilzielen gelten wieder die Punkte 1 bis 4.

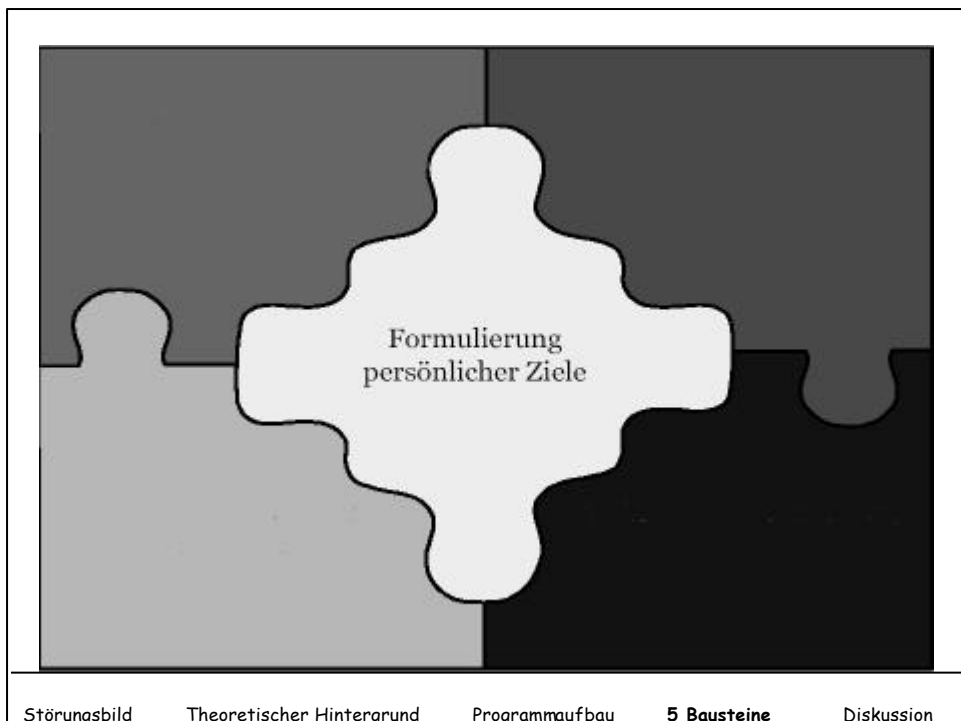
Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 2: Rollenspiel



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 2: Magische Spirale

•Ziel:

Erkennen der Zusammenhänge
zwischen Kognitionen, Emotionen und
Verhalten

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 2: Magische Spirale

- Erarbeitung der Begriffe „Gefühle“, „Gedanken“ und „Verhalten“
- Erarbeiten der Zusammenhänge
- „Magische Spirale“ (positiver bzw. negativer Kreislauf von Gedanken, Gefühlen und Verhalten) einführen
- „Runterzieher“ (selbstabwertende, negative Gedanken) und „Aufbauer“ (selbstaufbauende, positive Gedanken) einführen

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

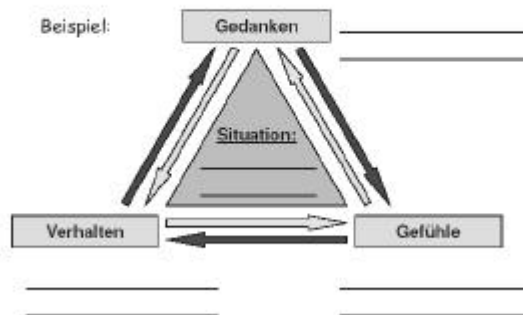
5 Bausteine

Diskussion

Baustein 2: Magische Spirale

Folie 21/Strukturplan 2.1

Gedanken, Gefühle und Verhalten
beeinflussen sich gegenseitig



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 2: Magische Spirale Übung



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Zusammenhang
zwischen Kognitionen,
Emotionen und
Verhalten

Formulierung
persönlicher Ziele

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 3: Rollenspiel



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 3: THINK

•Ziel:

**Kennenlernen und Üben der
Exploration und Veränderung
dysfunktionaler Gedanken**

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 3: THINK

- Einführung und Training von Realitätschecks zur Überprüfung des Realitätsgehalts dysfunktionaler Gedanken
- Wiederholung der Merkmale von dysfunktionalen Gedanken ("Runterziehen") und funktionalen Gedanken ("Aufbauern") und der Bedeutung von funktionalen Gedanken
→ "Von Runterziehen zu Aufbauern"

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion



Baustein 3: THINK

Von Runterziehen zu Aufbauern

- Forderungs-Runterzieher (muss, sollte)
? Aufbauern kann, es wäre schön
- Verallgemeinerungs-Runterzieher (nie, keiner, alle)
? Aufbauern noch nicht, einige, vielleicht
- Katastrophen-Runterzieher (furchtbar, schrecklich)
? Aufbauern schade, traurig
- Mücke-Elefant-Runterzieher (totaler Versager)
? Aufbauern nicht so gut in dieser Sache, nicht so schlimm

The
ima...
"ZIT"

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 3: THINK

- Klären der Wichtigkeit des Trainings von Aufbauern
- Erarbeiten von Alltagssituationen, in denen die Aufbauer eingeübt werden können

Baustein 3: THINK

Übung: Aufbauerspiel

- Wir teilen Euch nun in zwei Gruppen ein
- Es werden Aussagen vorgelesen, die jeweils mindestens einen Runterzieher enthalten
- Ihr sollt die Runterzieher anhand ihrer Merkmale identifizieren (siehe Folien) und die Aussagen so umformulieren, dass sie wieder aufbauen
... d.h. **Ihr sollt jeden Runterzieher durch einen realistischen Aufbauer ersetzen**
- Wenn Ihr eine Lösung habt, zeigt schnell auf, dann werdet Ihr drangenommen
- JedeR in der Gewinnergruppe bekommt eine Mandarine



Teil 3: THINK

Von Runterziehern zu Aufbauern

- Forderungs-Runterzieher (muss, sollte)
? Aufbauer kann, es wäre schön
- Verallgemeinerungs-Runterzieher (nie, keiner, alle)
? Aufbauer noch nicht, einige, vielleicht
- Katastrophen-Runterzieher (furchtbar, schrecklich)
? Aufbauer schade, traurig
- Mücke-Elefant-Runterzieher (totaler Versager)
? Aufbauer nicht so gut in dieser Sache, nicht so schlimm

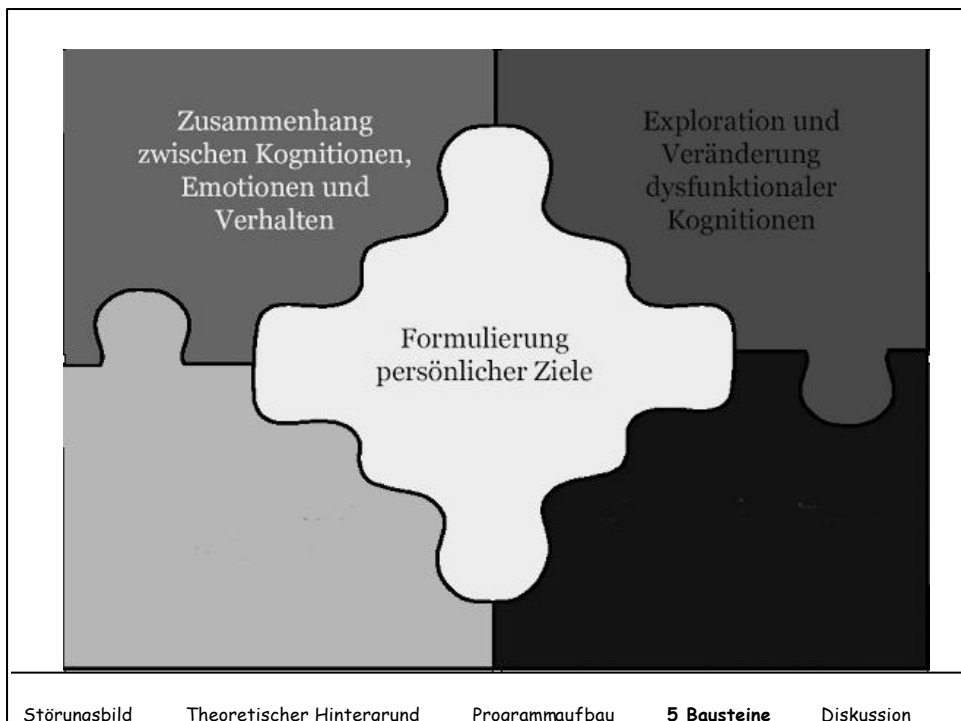
Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 4

Übung:

- Ihr findet ein Arbeitsblatt unter Eurem Stuhl, auf dem ihr die Merkmale (Stimme, Blickkontakt, Körperhaltung und Inhalt) von verschiedenen Verhaltensweisen aufschreiben sollt.
- Diese Verhaltensweisen werden Euch in Kürze vorgespielt. Es handelt sich hierbei 3 mal um die selbe Szene aber jeweils mit einer anderen Verhaltensweise.

Teil (Zusatzblatt)

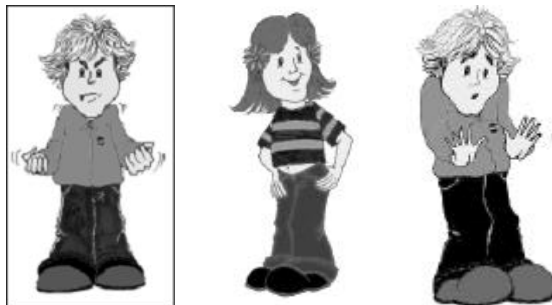
Merkmale von selbststärkendem Verhalten	
Name:	
Stimme:	
Blickkontakt:	
Körperhaltung:	
Inhalt:	

Merkmale von angepasstem Verhalten	
Name:	
Stimme:	
Blickkontakt:	
Körperhaltung:	
Inhalt:	

Merkmale von zutierendem Verhalten	
Name:	
Stimme:	
Blickkontakt:	
Körperhaltung:	
Inhalt:	

Störungsbild Theoretischer Hintergrund Programmaufbau **5 Bausteine** Diskussion

Baustein 4: Rollenspiel



Störungsbild Theoretischer Hintergrund Programmaufbau **5 Bausteine** Diskussion



Baustein 4: Just do it



•Verhaltensebene

- Auseinandersetzung mit verschiedenen Verhaltensweisen (unsicheres, aggressives und selbstsicheres Verhalten)
- Typische Merkmale erarbeiten (Stimme, Blickkontakt, Körperhaltung, Inhalt)
- Vor- und Nachteile der jeweiligen Verhaltensweisen besprechen

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 4: Just do it



•Ziele:

- Adäquater Umgang mit andern Menschen
- Vorteil vom selbstsicheren Verhalten erkennen
- Eigene Interessen selbstsicher und situationsangemessen vertreten
- Selbstsicheres Verhalten durch Rollenspiele trainiert



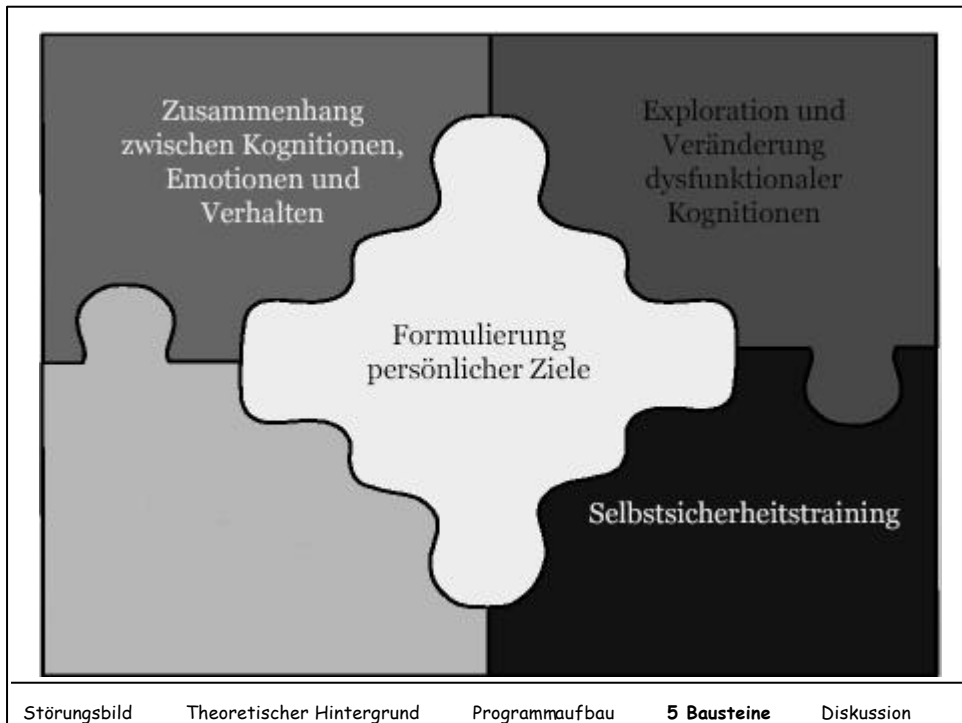
Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion



Baustein 5: Rollenspiel



Baustein 5

Ziele

- Was es leichter macht, neue Leute kennen zu lernen
- Kontakte knüpfen und aufrechterhalten
- Erarbeiten von verbalen und nonverbalen Strategien zum Signalisieren von Interesse am Gegenüber
- Rollenspiele zum Üben von **Kontaktaufnahme**

Baustein 5: Get in touch

- Vertiefung und Anknüpfen an „Just do it“
→ Fortsetzung der Rollenspiele
- Hauptthema der Stunde: **Kontaktaufnahme**
- gemeinsames Erarbeiten des Arbeitsblattes „Kontaktaufnahme“ durch Trainerrollenspiel
→ mit folgendem Ergebnis:

Baustein 5: Get in touch

Faktor 1: Interaktion 1

Kontakt zu anderen aufnehmen!



a) Der erste Eindruck zählt!

Freundlich und nicht zu aufdringlich ansprechen, dabei lächeln, sich kurz vorstellen.

b) Gemeinsamkeiten als „Aufhänger“

Gemeinsamkeiten verwenden, denken an eine ähnlich oder gefolgt ihnen ähnliche Dinge wie um sie selbst, finden sie das meist sympathisch. Solche Gemeinsamkeiten können deshalb das erste Ansprechen leichter machen.

c) Interesse zeigen und Sympathie ausdrücken

Aufmerksam zuhören und nachfragen, wenn der andere etwas erzählt. Komplimente machen.

d) Etwas über sich erzählen

Dem anderen etwas von sich selbst zu erzählen signalisiert, dass man bereit ist zu vertrauen und gerne möchte, dass der andere einen auch vertieft und mehr von sich erzählt.

e) Vom Oberflächlichen zum Tiefen

Gleich mit der Tür ins Haus zu treten kann auf einen anderen nicht abschreckend wirken, deshalb ist es völlig okay, ein Gespräch eher oberflächlich zu beginnen und erst nach und nach zu persönlicheren und tieferliegenden Themen zu kommen. Verschlüsse für gemeinsame Aktivitäten zu machen oder eine Einladung auszusprechen.



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 5: Get in touch wiederkehrende Elemente

Wissenstest

Wissensquiz 5: Doppelstunde

Name: _____ Datum: _____

Welche Punkte sind wichtig,
um mit anderen Menschen Kontakt
aufzunehmen?



- Trainerkorrektur zur nächsten Stunde nicht benotet
- kommentierende Bemerkungen
→ als positive Rückmeldung
- was kommt bei den Jugendlichen an

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Baustein 5: Get in touch

- Herstellung des **Alltagsbezugs**
→ **Transfer**: „Was bringt mir das Ganze“?
- **Feedback** zum Einhalten der Regeln und zur
Mitarbeit
- **Ausblick** auf den zweiten Teil der
Doppelstunde
→ LARS & LISA Rätsel, Feedback zum Programm

Störungsbild

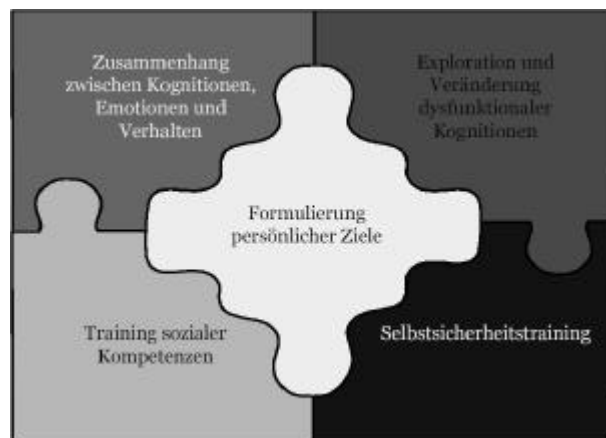
Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Die fünf inhaltlichen Bausteine



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Trainingsaufbau

5 Bausteine

Diskussion

The
imp
“

Zusammenfassung

Überblick über die zehn Sitzungen



- Sitzung 1 - Allgemeine Einführung und Kennenlernen
- Sitzung 2 - Find your aims
- Sitzung 3 & 4 Magische Spirale
- Sitzung 5 & 6 THINK
- Sitzung 7 & 8 Just do it
- Sitzung 9 & 10 Get in touch

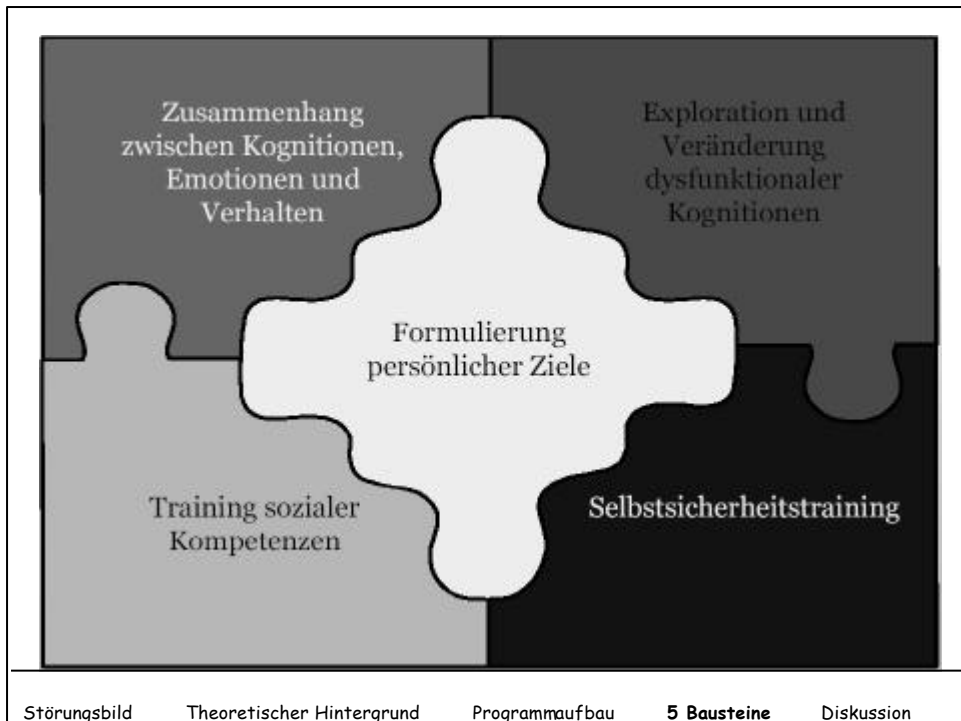
Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Trainingsaufbau

5 Bausteine

Diskussion



Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Diskussion

- Wirksamkeit
- Akzeptanz
- Durchführbarkeit

Störungsbild

Theoretischer Hintergrund

Programmaufbau

5 Bausteine

Diskussion

Ergebnisse der Evaluationsstudien zu LARS & LISA

Wirksamkeit:

Verhinderung eines signifikanten Anstiegs der Depressivität bei klinisch unauffälligen Jugendlichen, während in der Kontrollgruppe ein signifikanter Anstieg in der Postmessung und im 3- und 6-Monats-Follow-up gemessen wurde (AV: selbstberichtete Depressionssymptome in Center for Epidemiological Studies - Depression Scale (CES-D))

-

Ergebnisse der Evaluationsstudien zu LARS & LISA

Wirksamkeit (Fortsetzung):

Bei Jugendlichen mit subklinischen Symptomen in der Prämessung gingen die Depressionswerte bis zum 6-Monats-Follow-up signifikant zurück, bei den entsprechenden Jugendlichen in der KG zeigte sich hingegen keine Veränderung

Ergebnisse der Evaluationsstudien zu LARS & LISA

Wirksamkeit (Fortsetzung):

- L&L zeigt stärkere Effekte bei Jugendlichen mit niedriger Selbstwirksamkeit: Bei Programmteilnehmern mit niedriger Selbstwirksamkeit stieg die Depressivität nicht an, während bei vergleichbaren Jugendlichen aus der KG die Depressivität zunahm (kleiner Effekt)
- Verbesserungen des Selbstwertgefühls und des aggressiven Verhaltens

Ergebnisse der Evaluationsstudien zu LARS & LISA

Wirksamkeit (Fortsetzung):

Insgesamt:

- wirksam für Jugendliche in der 8. bis 9. Klasse, für jüngere konnte noch kein Effekt nachgewiesen werden
- sowohl Jugendliche mit subklinischer Depression als auch Jugendliche mit geringer allgemeiner Selbstwirksamkeit profitieren von dem Programm

Ergebnisse der Evaluationsstudien zu LARS & LISA

Akzeptanz:

67,6% der TeilnehmerInnen geben an, im kognitiven Teil etwas gelernt zu haben

- 60,9% im sozialen Teil

- 57,1% geben bezüglich des sozialen Teils an, über ihr Verhalten nachgedacht zu haben

- beim kognitiven Schwerpunkt 46,5%

insgesamt wurde LARS & LISA mit „gut“ bewertet

Verwendete Literatur I

Petermann, F. (Hrsg.). (2002). Lehrbuch der klinischen Kinderpsychologie/ -psychotherapie, 5. korr. Aufl. Göttingen Hogrefe.

Pössel, P., Horn, A.B., Seemann, S., Hautzinger, M. (2004). Trainingsprogramm zur Prävention von Depressionen bei Jugendlichen. LARS&LISA: Lust an realistischer Sicht und Leichtigkeit im sozialen Alltag. Göttingen: Hogrefe.

Verwendete Literatur II

Pössel, P., Baldus, Ch., Horn, A. B., Groen, G. & Hautzinger, M. (2005). Influence of general self-efficacy on the effects of a school-based universal primary prevention program of depressive symptoms in adolescents: a randomized and controlled follow-up study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46 (9), pp. 982-994.

Pössel, P., Horn, A. B., Groen, G. & Hautzinger, M. (2004). School-based prevention of depressive symptoms in adolescents: A 6-month follow-up. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43 (8), pp. 1003-1010.

Weiterführende Literatur zum theoretischen Hintergrund I:

Abramson, L.Y., Seligman, M.E.P. & Teasdale, J.D. (1978). Learned helplessness in humans: critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.

Beck, A.T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.

Beck, A.T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders*. New York: International University Press.

Weiterführende Literatur zum theoretischen Hintergrund II:

Dodge, K.A. (1986). A social information processing model of social competence in children. In Perlmutter (Ed.), *eighteenth Annual Minnesota Symposium on Child Psychology* (pp. 77-125). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Dodge, K.A. (1993). Social-cognitive mechanisms in the development of conduct disorder and depression. *Annual Review of Psychology*, 44, 559-584.

Hautzinger, M. (2000). *Kognitive Verhaltenstherapie bei Depressionen*. Weinheim: Psychologische Verlags Union.

Literatur zu weiteren Depressionspräventionsprogrammen für Jugendliche:

Clarke, G.N., Hawkins, W., Murphy, M. & Sheeber, L. (1993). School-based primary prevention of depressive symptomatology in adolescents. Findings from two studies. *Journal of Adolescent Research*, 8, 183-204.

Horn, A.B. & Hautzinger, M. (in Vorbereitung).
Jugendpräventionsprogramm mit Expressivem Schreiben.

Junge, J., Neumer, S.-P., Manz, R., Margraf, J. (2002). *Gesundheit und Optimismus. GO! Trainingsprogramm für Jugendliche*. Weinheim: Beltz.

Shochet, I., Whitefield, K., & Holland, D. (1997). *Resourceful adolescent program: Group leader's manual*. Brisbane, Australia: Griffith University.

Feedback zur Präsentation

- In der Gruppe - jetzt

UND

- JedeR für sich auf dem bereitliegenden Zettel ein paar Stichworte - bitte am Ende abgeben

Feedback zur Präsentation

- Inhaltlich - etwas mitgenommen?
- Präsentationsform - wo verbesserungswürdig?
- Folien - deutlich und übersichtlich?
- Spaß- und Lernfaktor
- Was ist Euch sonst aufgefallen?

The image
"file:/...

LARS & LISA



Lust An Realistischer Sicht & Leichtigkeit Im Sozialen

Alltag
Trainingsprogramm zur
Prävention von Depressionen
bei Jugendlichen

Patrick Pössel, Andrea B. Horn, Simone Seemann u.
Martin Hautzinger, 2004