



Depressionen vorbeugen und Elternkompetenzen alleinerziehender Mütter stärken: PALME, ein bindungsorientiertes Elterntaining

Ralf Schäfer, Lonja Wehrauch, Matthias Franz

Klinisches Institut für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

Hintergrund

Alleinerziehende Mütter

- Armut, berufliche Abbrüche
- Chronische Erkrankungen, Rauchen (2x so oft)
- Einsamkeit, Schuldgefühle, Selbstzweifel
- Depression, psychosomatische Erkrankungen (30-40%)

...und ihre Kinder

- Verzögerte Sprachentwicklung
- Leistungsstörungen
- Geringeres Selbstwertgefühl
- Verhaltensauffälligkeiten
- Sozialer Rückzug

...als Erwachsene

- Depressivität
- Drogenmissbrauch, Rauchen
- Psychische/psychosomatische Erkrankungen
- Instabile Beziehungen
- Erhöhte Scheidungsrate



Das PALME-Programm

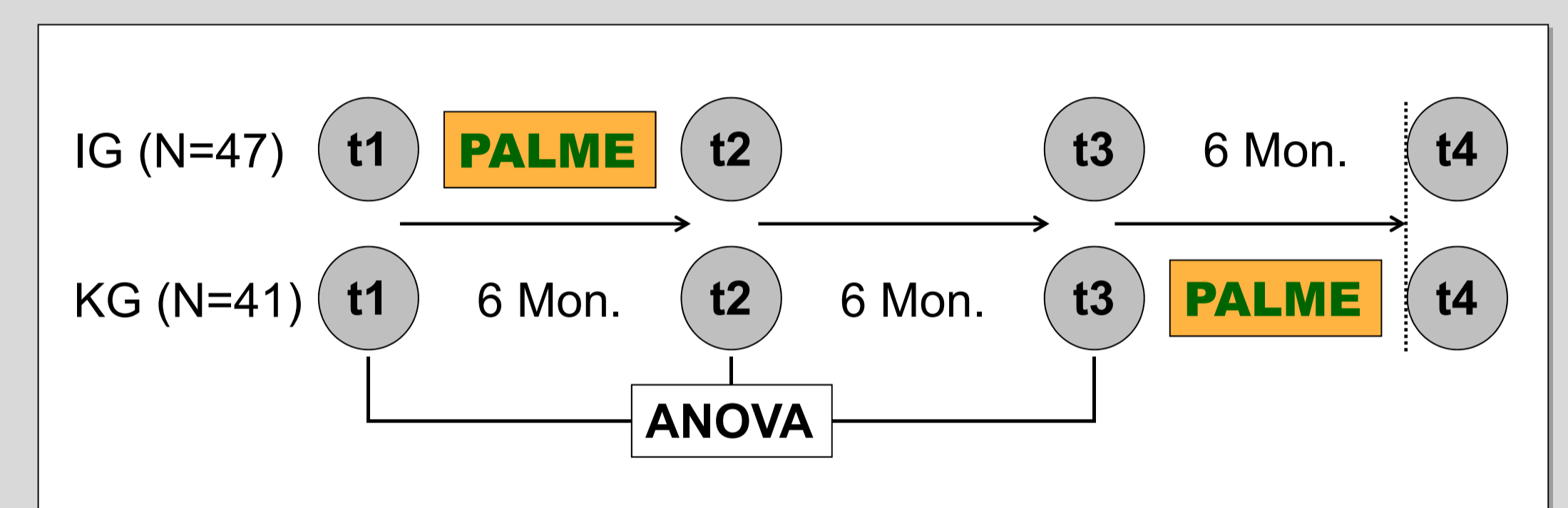
- Bindungsorientiertes, emotionszentriertes Elterntaining für alleinerziehende Mütter mit Kindern von 4-6 Jahren
- Von geschulten ErzieherInnen geleitet
- Ausführliches Manual (Franz, 2009)
- 10-12 Mütter pro Gruppe, 20 wöchentliche Gruppensitzungen à 90 Minuten

Ziele

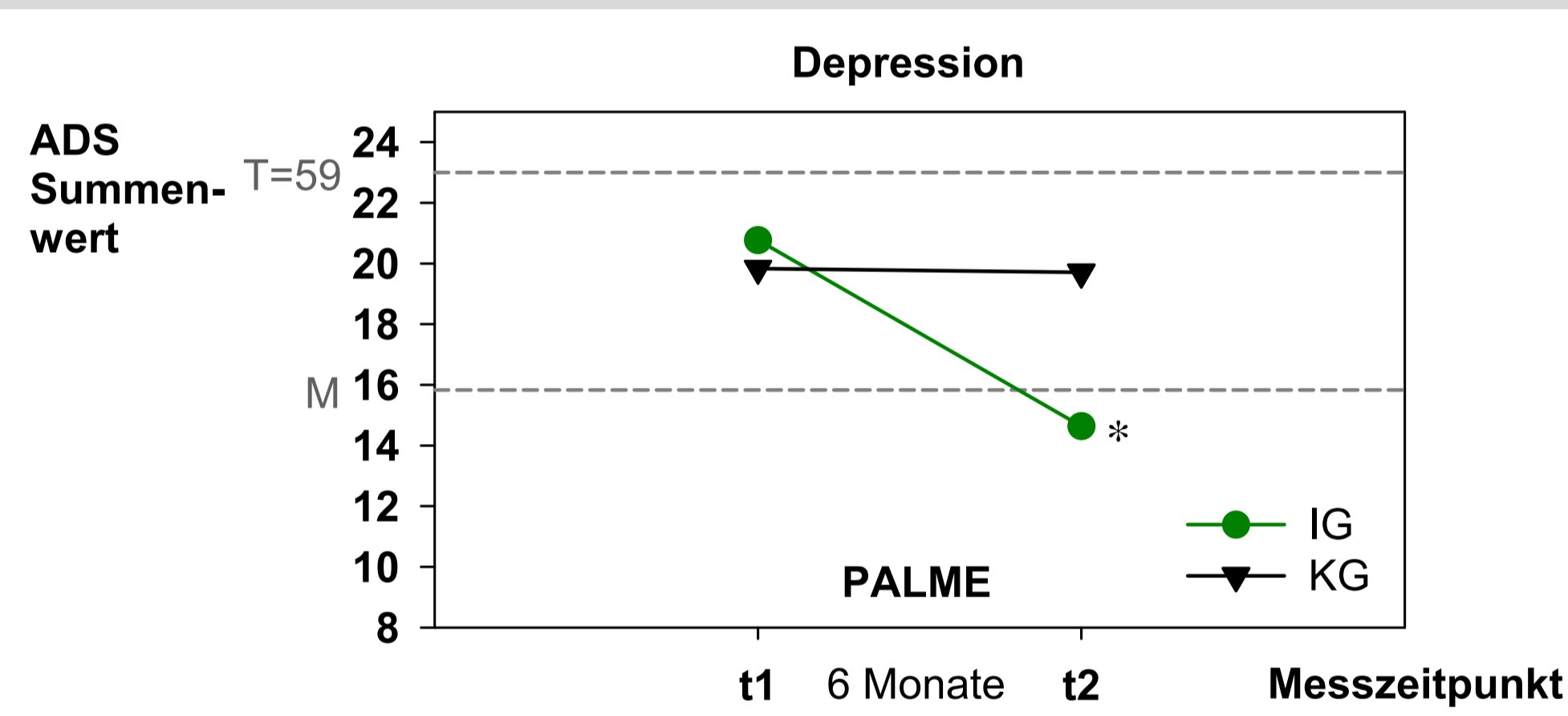
- Reduktion maternaler Depressionen
- Bessere Empathiefähigkeit, bessere Affektwahrnehmung
- Bearbeitung von Selbstwertproblemen, Schuldgefühlen und Trennungskonflikten
- Einübung sozialer und elterlicher Kompetenzen
- Stabilisierung der Mutter-Kind-Beziehung

Wirksamkeitsstudie

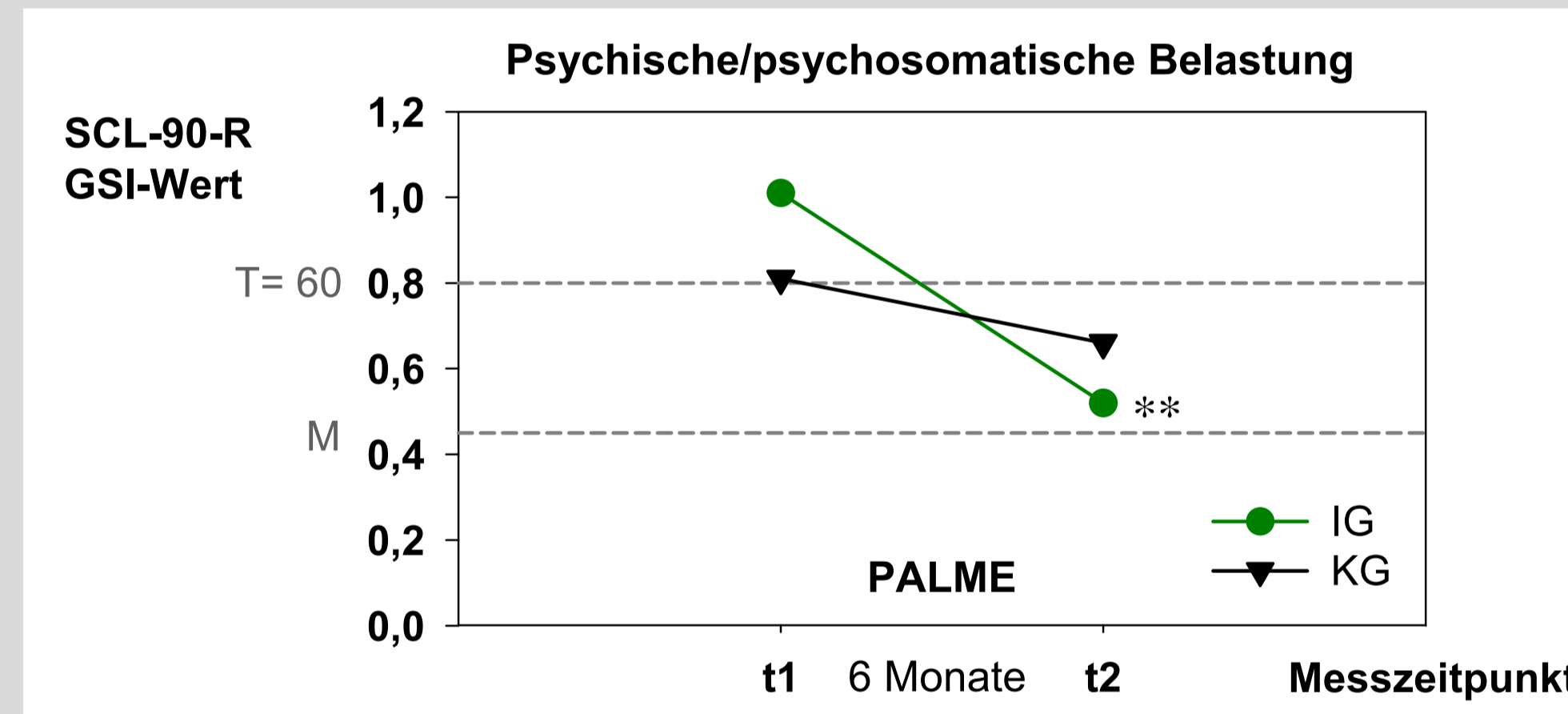
- **Randomisierte, kontrollierte Studie** mit 88 psychisch mittelgradig belasteten alleinerziehenden Müttern aus Neuss und Hilden, Rekrutierung in KiTas
- Datenerhebungen vor (t1) und nach Ende der PALME-Gruppen (t2) sowie 6 Monate (t3) und 12 Monate (t4) später
- Dropout IG: N=21, Dropout KG: N=6
- **Outcomevariablen:** Depression (ADS), psychische Belastung (SCL-90-R) und emotionale Kompetenz (SEE) bei den Müttern und Verhaltensauffälligkeiten (SDQ) bei den Kindern



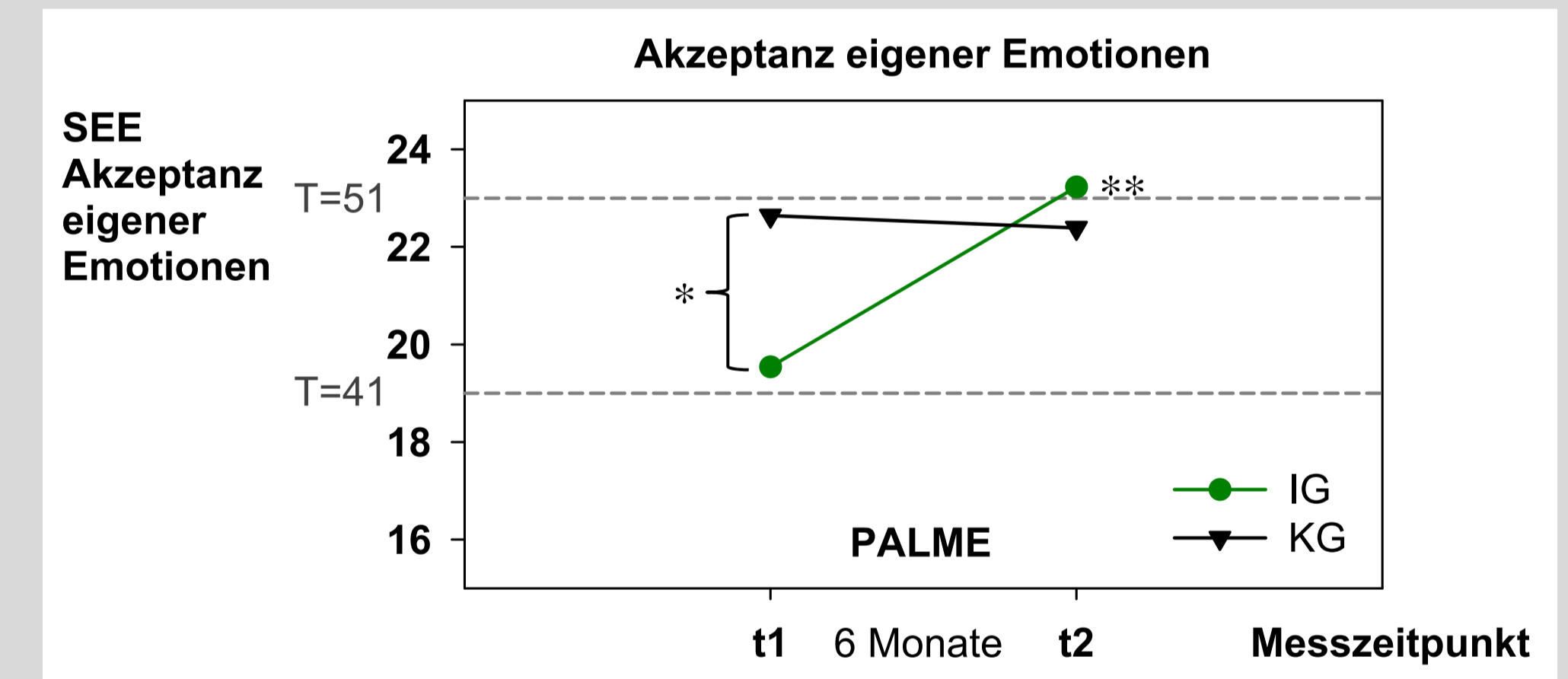
Ergebnisse



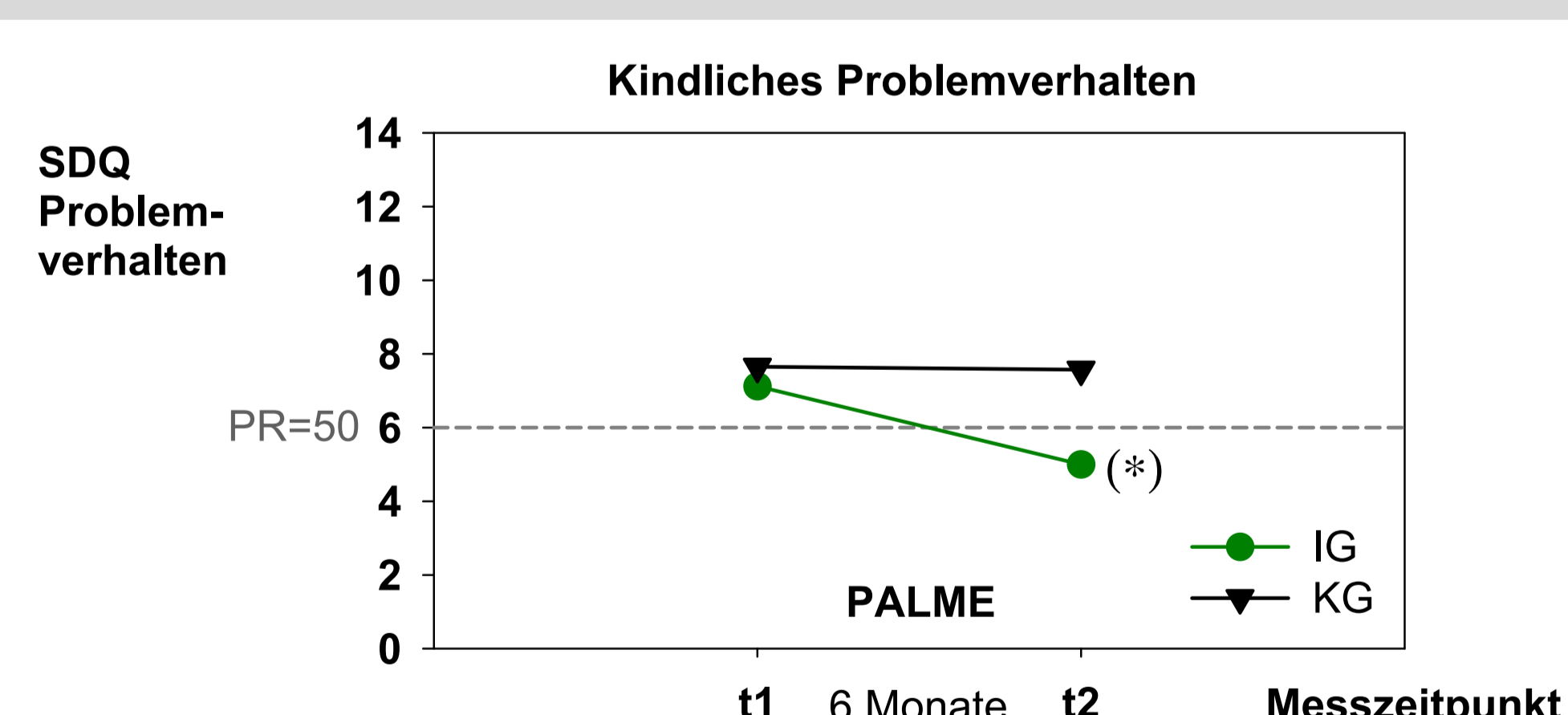
ADS=Allgemeine Depressionsskala (Hautzinger & Bailer, 1993); $N_{IG}=26$, $N_{KG}=35$; $F(1/59) = 4.06$, $p < 0.05$



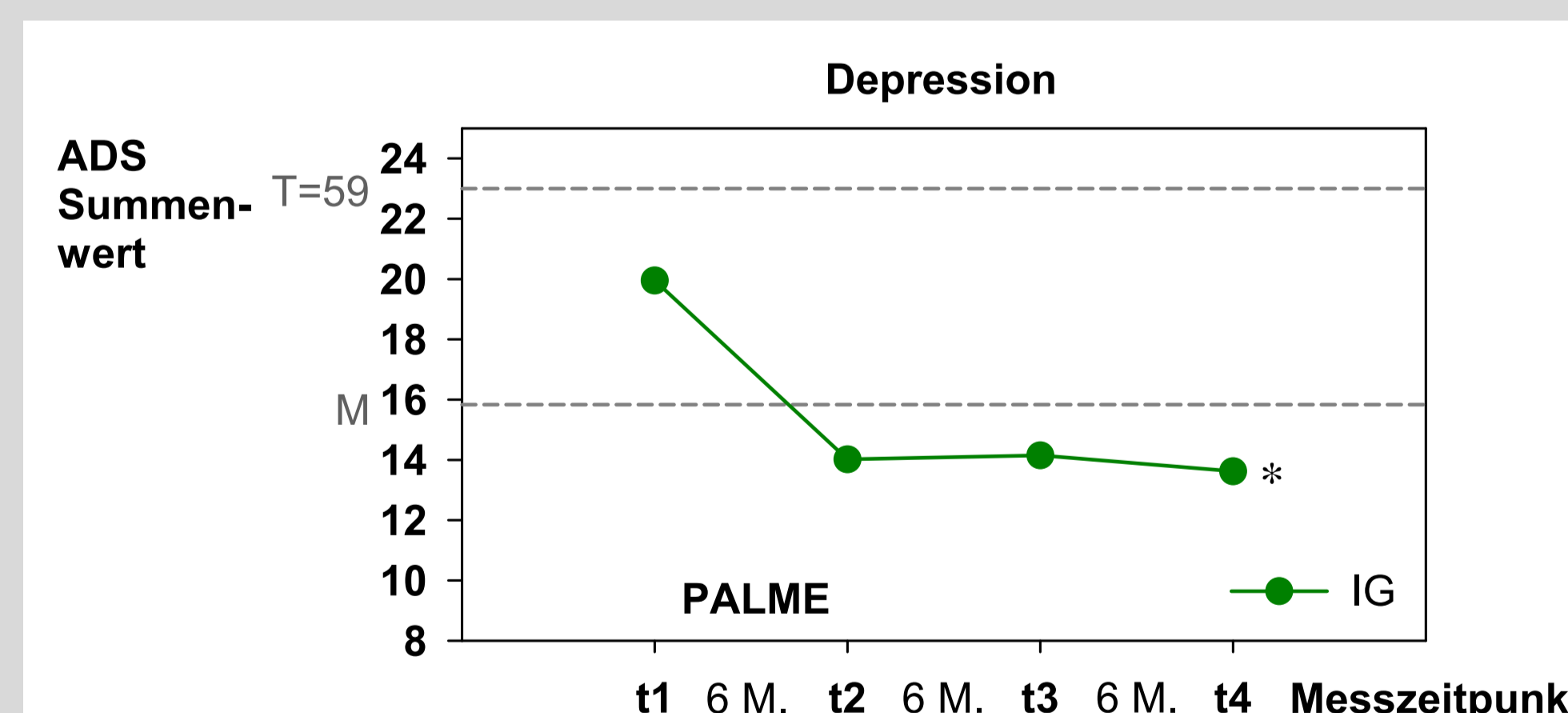
SCL-90-R=Symptom-Checkliste – dt. Version (Franke, 2002)
GSI= Global Severity Index; $N_{IG}=26$, $N_{KG}=35$; $F(1/59) = 7.52$, $p < 0.01$



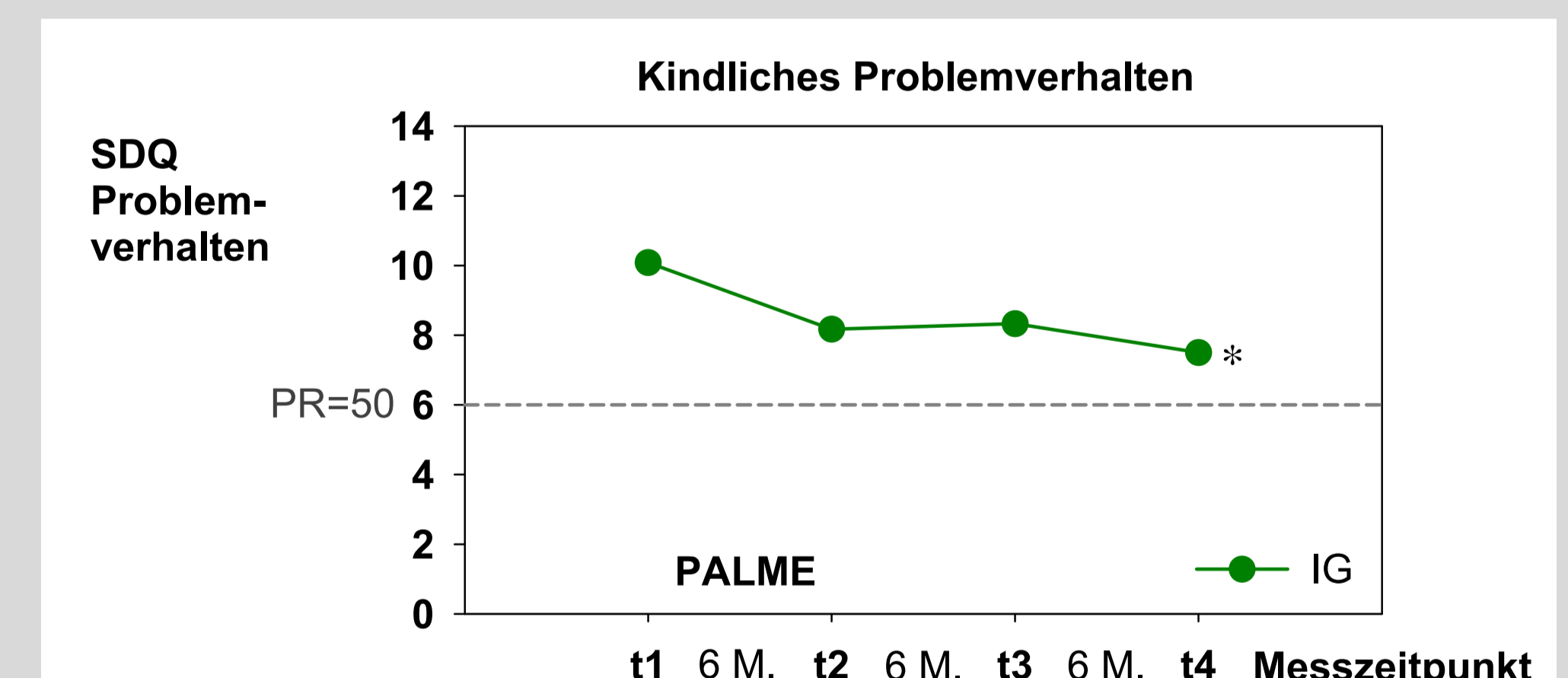
SEE=Skalen zum Erleben von Emotionen (Behr & Becker, 2002); $N_{IG}=26$, $N_{KG}=33$; $F(1/57) = 12.46$, $p < 0.01$; ANCOVA: $F(1/56) = 5.62$, $p < 0.05$



SDQ=Strengths and Difficulties Questionnaire – dt. Version (Klasen et al., 2000); ErzieherInnenurteil; $N_{IG}=14$, $N_{KG}=23$; $F(1/35) = 3.07$, $p < 0.10$



ADS=Allgemeine Depressionsskala (Hautzinger & Bailer, 1993); $N_{IG}=20$; $F(2/42) = 3.63$, $p < 0.05$



SDQ=Strengths and Difficulties Questionnaire – dt. Version (Klasen et al., 2000); Mütterurteil; $N_{IG}=20$; $F(3/57) = 3.92$, $p < 0.05$

Diskussion

- Es gibt einen wachsenden Anteil alleinerziehender Mütter (ca. 20%), dabei handelt es sich um eine psychosozial und gesundheitlich besonders belastete Gruppe
- PALME ist das erste deutschsprachige Elterntaining speziell für alleinerziehende Mütter
- Nach Teilnahme am PALME-Programm waren die Mütter weniger depressiv, weniger psychisch belastet und kompetenter im Umgang mit den eigenen Emotionen, ihre Kinder zeigten tendenziell weniger Verhaltensauffälligkeiten
- Die Effekte waren auch 1 Jahr nach der Intervention noch nachweisbar
- Mittlerweile wurden etwa 250 ErzieherInnen zu PALME-GruppenleiterInnen ausgebildet, das Programm wird bundesweit angeboten
- PALME wurde 2010 mit dem Heigl-Preis ausgezeichnet
- Aktuell wird in einer naturalistischen Feldstudie überprüft, ob sich die Effekte von PALME durch ein kombiniertes Mutter-Kind-Training (PALMEplus) noch steigern lassen

Kontakt / Literatur

Prof. Dr. Matthias Franz, Institut für Seelische Gesundheit und Prävention e.V.
c/o Klinisches Institut für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Universitätsklinikum Düsseldorf, Moorenstraße 5, 40225 Düsseldorf

www.palme-elterntaining.de
☎ 0211-81-17157
matthias.franz@uni-duesseldorf.de

Franz M, Wehrauch L, Buddenberg T, Schäfer R (2009). PALME: Wirksamkeit eines bindungsorientierten Elterntainings für alleinerziehende Mütter und ihre Kinder. *Psychotherapeut*, 54, 357-369