

**Press release****Philipps-Universität Marburg****Dr. Susanne Iglar**

05/14/2013

<http://idw-online.de/en/news533289>Research projects, Transfer of Science or Research  
Psychology  
regional**Präventionskurs „Probleme kann ich lösen!“ für 8-12-Jährige mit depressiven Symptomen****Anmeldung für August-Termin im Raum Marburg noch bis 25.5.2013 möglich**

Jedes zehnte 8-jährige Kind leidet an einer Angststörung. Auch Depressionen und körperliche Beschwerden ohne körperliche Ursache bei Kindern und Jugendlichen nehmen zu. Die gute Nachricht? Vorbeugen hilft! Z.B. mit einer Teilnahme am Präventionskurs „Probleme kann ich lösen!“, den das Institut für Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin (IVV) an der Philipps-Universität ab August wieder anbietet.

Wenn ein Kind immer seltener Lust hat, seine Freunde zu besuchen, den Spaß verliert an Aktivitäten, die es früher sehr gerne getan hat, sich immer öfter zurückzieht oder über Kopf- und Bauchschmerzen klagt, können dies Anzeichen für sogenannte introversive Beschwerden sein.

Ein kurzzeitiges Auftreten solcher Probleme ist völlig normal; bestehen sie aber längerfristig, kann das schnell zu weiteren Schwierigkeiten führen. Nicht nur das Kind leidet sondern auch seine Freundschaften, das Familienleben oder seine Schulleistungen. Das wiederum verstärkt Ängste und Sorgen, ein Teufelskreis entsteht. Die Gefahr steigt, dass sich eine Depression oder Angststörung, eine sogenannte introversive Störung entwickelt.

Zum Glück kann frühzeitiges Eingreifen helfen. Wer weiß, wie Probleme sinnvoll bewältigt werden können, ist weniger gefährdet. Die dafür nötigen Strategien sind erlernbar und hier setzt der Präventionskurs „Probleme kann ich lösen!“ an. Der Kurs ist Bestandteil einer wissenschaftlichen Untersuchung zur Prävention introversiver Störungen. Er basiert auf einem in Australien speziell für Kinder entwickelten Programm und hat sich auch hier in ersten Studien bereits als sehr wirksam bewiesen.

Im Rahmen von 12 Terminen erlernen die Kinder gemeinsam mit anderen Kindern Möglichkeiten, mit ihren Problemen angemessen umzugehen. Alle Lösungswege werden gemeinsam geübt. So können sich die Kinder gegenseitig helfen und stellen fest, dass sie nicht alleine da stehen.

Teilnehmen können Kinder zwischen 8 und 12 Jahren aus Marburg und Umgebung, die unter leichten Ängsten, depressiven oder somatoformen Symptomen leiden. Ob der Kurs für ihr Kind geeignet ist, können Eltern z.B. herausfinden, wenn sie sich folgende Fragen stellen:

- Ist Ihr Kind manchmal traurig, lustlos oder macht sich vermehrt Sorgen?
- Hat es Interessen verloren oder weniger Freude daran, mit anderen Kindern zu spielen?
- Fühlt sich Ihr Kind anderen unterlegen?
- Hat Ihr Kind Angst vor neuen, unbekanntem Situationen oder dem Alleinsein?
- Ist Ihr Kind anderen gegenüber ängstlich oder schüchtern?
- Hat Ihr Kind Angst, sich vor anderen zu blamieren?
- Hat Ihr Kind Angst vor der Schule oder vor Klassenarbeiten?

- Klagt Ihr Kind über Bauchschmerzen, Übelkeit oder Kopfschmerzen, ohne dass Ihr Kinderarzt eine organische Ursache feststellen konnte?

Werden zwei bis drei dieser Fragen mit „ja“ beantwortet, besteht möglicherweise schon Präventionsbedarf und eine Kursanmeldung im IVV ist möglich. Bei einem gemeinsamen Kennlerngespräch wird der mögliche Präventionsbedarf dann genau besprochen.

Der nächste Kurs startet im August. Anmeldeschluss ist der 25.05.2013.

Das Wichtigste in Kürze:

Wer? 8-12-Jährige, die unter leichten Ängsten, depressiven und/oder somatoformen Symptomen leiden

Wann? ab August 2013, 12 Termine à 1,5 Stunden, einmal wöchentlich, nachmittags

Wo? Institut für Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin (IVV), Dürerstr. 30, Marburg.

Kosten? 35,00 € (darin enthalten sind Kosten für ein Arbeitsbuch in Höhe von 14,90 €)

Mitarbeiter? Kursleitung: Dr. Sylvia Eimecke, Diplom-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin; Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin; Kursdurchführung: Jana Langhammer, Diplom-Psychologin, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin in Ausbildung

Anmeldung? IVV Marburg, Ilse Karem, 06421/586 6472, karem@med.uni-marburg.de oder: langhammer@ivv-marburg.de

Ansprechpartnerin:

Katja John, Institut für Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin (IVV)

Tel: 06421-586 3118

E-mail: katja.john@med.uni-marburg.de

URL for press release: <http://www.ivv-marburg.de>