



Jahressymposium 2013

# Depression erfassen – Instrumente für die Praxis

## Fragebogen für Erwachsene

Werner Fey, lic.phil.

Fachpsychologe für Psychotherapie FSP

Leiter der Geschäftsstelle Berner Bündnis gegen Depression

Universitäre Psychiatrische Dienste Bern

[www.berner-buendnis-depression.ch](http://www.berner-buendnis-depression.ch)

## Strukturierte Interviews, Selbst- und Fremdbeurteilungsinstrumente

Wozu?

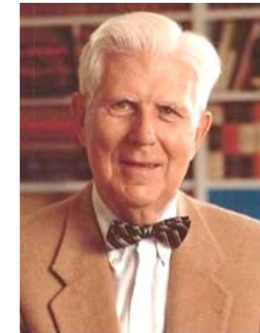
- Möglichst reliable und valide Diagnose
- Qualitätssicherung
- Dimensionale Einschätzung des Schweregrads
- Verlaufsbeschreibung
- (Forschungsfragen)

## Diagnoseinstrumente

- **Beck-Depressions-Inventar (BDI-II)**
- **Hamilton Depressions-Skala (HAMD)**
- strukturierte klinische Interviews (z.B. SKID-I / SKID-II)
- Allgemeine Depressionsskala (ADS)
- Inventar depressiver Symptome (IDS)
- visuelle Analogskalen (VAS)
- **Selbsttest im Internet**

## Beck Depressions-Inventar (BDI-II)

BDI : A. T. Beck et al. 1961 / BDI-II : Revision 1996  
Deutsche Version: Hautzinger, 2006



A. Beck, \*1921

- Weltweit am weitesten verbreitete **Selbstbeurteilungsinstrument**
- Beurteilung der Schwere der Depression
- 21 Items, vierstufige Items, mit inhaltlichen Aussagen, aufsteigender Schweregrad (0-3)



## Beck Depressions-Inventar (BDI-II)

=>: BDI II: diagnoserelevante Items  
(Angleichung an 9 Kriterien des DSM-IV)

Bsp.

### 8.) Selbstvorwürfe

- 0 Ich kritisiere oder tadle mich nicht mehr als sonst.
- 1 Ich bin mir gegenüber kritischer als sonst.
- 2 Ich kritisiere mich für all meine Mängel.
- 3 Ich gebe mir die Schuld für alles Schlimme, was passiert.



## BDI-II: Item 7

### 7.) Selbstablehnung

- 0 Ich halte von mir genau so viel wie immer.
- 1 Ich habe das Vertrauen in mich verloren.
- 2 Ich bin von mir enttäuscht.
- 3 Ich lehne mich völlig ab.

## **BDI-II: Inhalt**

Traurigkeit, Pessimismus, Versagensgefühle, Verlust von Freude, Schuldgefühle, Bestrafungsgefühle, Selbstablehnung, Selbstvorwürfe, Selbstmordgedanken, Weinen, Unruhe, Interessenverlust, Entschlussunfähigkeit, Wertlosigkeit, Energieverlust, Veränderung der Schlafgewohnheiten, Reizbarkeit, Veränderung des Appetits, Konzentrationsschwierigkeiten, Ermüdung oder Erschöpfung, Verlust an sexuellem Interesse

## BDI-II: Instruktion

- selbsterklärend, standardisiert, detailliert (Objektivität)

Dieser Fragebogen enthält 21 Gruppen von Aussagen. Bitte lesen Sie jede dieser Gruppen von Aussagen sorgfältig durch und suchen Sie dann in jeder Gruppe **eine Aussage** heraus, die am besten beschreibt, wie Sie sich **in den letzten zwei Wochen einschließlich heute** gefühlt haben. Kreuzen Sie die Zahl neben der Aussage an, die Sie sich ausgesucht haben (0, 1, 2 oder 3). Falls in einer Gruppe mehrere Aussagen gleichermaßen auf Sie zutreffen, kreuzen Sie die Aussage mit der höheren Zahl an. Achten Sie bitte darauf, dass Sie in jeder Gruppe nur eine Aussage ankreuzen, das gilt auch für die Gruppe 16 (Veränderung der Schlafgewohnheiten) oder Gruppe 18 (Veränderung des Appetits).



## **BDI-II: Item 16**

### **16.) Veränderung der Schlafgewohnheiten**

- 0 meine Schlafgewohnheiten haben sich nicht verändert
- 1a Ich schlafe etwas mehr als sonst
- 1b Ich schlafe etwas weniger als sonst
- 2a Ich schlafe viel mehr als sonst
- 2b Ich schlafe viel weniger als sonst
- 3a Ich schlafe fast den ganzen Tag
- 3b Ich wache 1-2 Stunden früher auf als gewöhnlich  
und kann dann nicht mehr einschlafen

Nur eine Aussage ankreuzen; höhere Bewertung

## BDI-II: Item 18

### 18.) Veränderung des Appetits

- 0 mein Appetit hat sich nicht verändert
- 1a Mein Appetit ist etwas schlechter als sonst
- 1b Mein Appetit ist etwas grösser als sonst
- 2a Mein Appetit ist viel schlechter als sonst
- 2b Mein Appetit ist viel grösser als sonst
- 3a Ich habe überhaupt keinen Appetit
- 3b Ich habe ständig Heissunger

Nur eine Aussage ankreuzen; höhere Bewertung

# BDI-II



**BDI-II Fragebogen**

Name: \_\_\_\_\_ Alter: \_\_\_\_\_ Geschlecht:  m /  w Datum: \_\_\_\_\_

**Anleitung:** Dieser Fragebogen enthält 21 Gruppen von Aussagen. Bitte lesen Sie jede dieser Gruppen von Aussagen sorgfältig durch und suchen Sie sich dann in jeder Gruppe eine Aussage heraus, die am besten beschreibt, wie Sie sich in den letzten zwei Wochen, einschließlich heute, gefühlt haben. Kreuzen Sie die Zahl neben der Aussage an, die Sie sich herausgesucht haben (0, 1, 2 oder 3). Falls in einer Gruppe mehrere Aussagen gleichzeitig auf Sie zutreffen, kreuzen Sie die Aussage mit der höheren Zahl an. Achten Sie bitte darauf, dass Sie in jeder Gruppe nicht mehr als eine Aussage ankreuzen, das gilt auch für Gruppe 16 (Veränderungen der Schlafgewohnheiten) oder Gruppe 18 (Veränderungen des Appetits).

**1.) Traurigkeit**  
 0 Ich bin nicht traurig.  
 1 Ich bin oft traurig.  
 2 Ich bin ständig traurig.  
 3 Ich bin so traurig oder unglücklich, dass ich es nicht aushalte.

**2.) Pessimismus**  
 0 Ich sehe nicht mutlos in die Zukunft.  
 1 Ich sehe mutloser in die Zukunft als sonst.  
 2 Ich bin mutlos und erwarte nicht, dass meine Situation besser wird.  
 3 Ich glaube, dass meine Zukunft hoffnungslos ist und nur noch schlechter wird.

**3.) Versagensgefühle**  
 0 Ich fühle mich nicht als Versager.  
 1 Ich habe häufiger Versagensgefühle.  
 2 Wenn ich zurückblicke, sehe ich eine Menge Fehlschläge.  
 3 Ich habe das Gefühl, als Mensch ein völliger Versager zu sein.

**4.) Verlust von Freude**  
 0 Ich kann die Dinge genauso gut genießen wie früher.  
 1 Ich kann die Dinge nicht mehr so genießen wie früher.  
 2 Dinge, die mir früher Freude gemacht haben, kann ich kaum mehr genießen.  
 3 Dinge, die mir früher Freude gemacht haben, kann ich überhaupt nicht mehr genießen.

**5.) Schuldgefühle**  
 0 Ich habe keine besonderen Schuldgefühle.  
 1 Ich habe oft Schuldgefühle wegen Dingen, die ich getan habe oder hätte tun sollen.  
 2 Ich habe die meiste Zeit Schuldgefühle.  
 3 Ich habe ständig Schuldgefühle.

**6.) Bestrafungsgefühle**  
 0 Ich habe nicht das Gefühl, für etwas bestraft zu sein.  
 1 Ich habe das Gefühl, viel eicht bestraft zu werden.  
 2 Ich erwarte, bestraft zu werden.  
 3 Ich habe das Gefühl, bestraft zu sein.

**7.) Selbstablehnung**  
 0 Ich halte von mir genauso viel wie immer.  
 1 Ich habe Vertrauen in mich verloren.  
 2 Ich bin von mir enttäuscht.  
 3 Ich lehne mich völlig ab.

**8.) Selbstvorwürfe**  
 0 Ich kritisiere oder tadle mich nicht mehr als sonst.  
 1 Ich bin mir gegenüber kritischer als sonst.  
 2 Ich kritisiere mich für all meine Mängel.  
 3 Ich gebe mir die Schuld für alles Schlimme, was passiert.

**9.) Selbstmordgedanken**  
 0 Ich denke nicht daran, mir etwas anzutun.  
 1 Ich denke manchmal an Selbstmord, aber ich würde es nicht tun.  
 2 Ich möchte mich am liebsten umbringen.  
 3 Ich würde mich umbringen, wenn ich die Gelegenheit dazu hätte.

**10.) Weinen**  
 0 Ich weine nicht öfter als früher.  
 1 Ich weine jetzt mehr als früher.  
 2 Ich weine beim geringsten Anlass.  
 3 Ich möchte gern weinen, aber ich kann nicht.

PEARSON

PsychCorp

Summe Skala 1:

Bitte wenden

**11.) Unruhe**  
 0 Ich bin nicht unruhiger als sonst.  
 1 Ich bin unruhiger als sonst.  
 2 Ich bin so unruhig, dass es mir schwerfällt, still zu sitzen.  
 3 Ich bin so unruhig, dass ich mich ständig bewegen oder etwas tun muss.

**12.) Interessenverlust**  
 0 Ich habe das Interesse an anderer Menschen oder an Tätigkeiten nicht verloren.  
 1 Ich habe weniger Interesse an anderen Menschen oder an Dingen als sonst.  
 2 Ich habe das Interesse an anderer Menschen oder Dingen zum größten Teil verloren.  
 3 Es fällt mir schwer, mich überhaupt für irgend etwas zu interessieren.

**13.) Entschlussunfähigkeit**  
 0 Ich bin so entscheidungsfreudig wie immer.  
 1 Es fällt mir schwerer als sonst, Entscheidungen zu treffen.  
 2 Es fällt mir sehr viel schwerer als sonst, Entscheidungen zu treffen.  
 3 Ich habe Mühe, überhaupt Entscheidungen zu treffen.

**14.) Wertlosigkeit**  
 0 Ich fühle mich nicht wertlos.  
 1 Ich halte mich für weniger wertvoll und nützlich als sonst.  
 2 Verglichen mit anderen Menschen fühle ich mich viel weniger wert.  
 3 Ich fühle mich völlig wertlos.

**15.) Energieverlust**  
 0 Ich habe so viel Energie wie immer.  
 1 Ich habe weniger Energie als sonst.  
 2 Ich habe so wenig Energie, dass ich kaum noch etwas schaffen.  
 3 Ich habe keine Energie mehr, um überhaupt noch etwas zu tun.

**16.) Veränderungen der Schlafgewohnheiten**  
 0 Meine Schlafgewohnheiten haben sich nicht verändert.  
 1a Ich schlafe etwas mehr als sonst.  
 1b Ich schlafe etwas weniger als sonst.  
 2a Ich schlafe viel mehr als sonst.  
 2b Ich schlafe viel weniger als sonst.  
 3a Ich schlafe fast den ganzen Tag.  
 3b Ich wache 1-2 Stunden früher auf als gewöhnlich und kann dann nicht mehr einschlafen.

**17.) Reizbarkeit**  
 0 Ich bin nicht reizbarer als sonst.  
 1 Ich bin reizbarer als sonst.  
 2 Ich bin viel reizbarer als sonst.  
 3 Ich fühle mich dauernd gereizt.

**18.) Veränderungen des Appetits**  
 0 Mein Appetit hat sich nicht verändert.  
 1a Mein Appetit ist etwas schlechter als sonst.  
 1b Mein Appetit ist etwas größer als sonst.  
 2a Mein Appetit ist viel schlechter als sonst.  
 2b Mein Appetit ist viel größer als sonst.  
 3a Ich habe überhaupt keinen Appetit.  
 3b Ich habe ständig Heißhunger.

**19.) Konzentrationschwierigkeiten**  
 0 Ich kann mich so gut konzentrieren wie immer.  
 1 Ich kann mich nicht mehr so gut konzentrieren wie sonst.  
 2 Es fällt mir schwer, mich längere Zeit auf irgend etwas zu konzentrieren.  
 3 Ich kann mich überhaupt nicht mehr konzentrieren.

**20.) Ermüdung oder Erschöpfung**  
 0 Ich fühle mich nicht müde oder erschöpfter als sonst.  
 1 Ich werde schneller müde oder erschöpft als sonst.  
 2 Für viele Dinge, die ich üblicherweise tue, bin ich zu müde oder erschöpft.  
 3 Ich bin so müde oder erschöpft, dass ich fast nichts mehr tun kann.

**21.) Verlust an sexuellem Interesse**  
 0 Mein Interesse an Sexualität hat sich in letzter Zeit nicht verändert.  
 1 Ich interessiere mich weniger für Sexualität als früher.  
 2 Ich interessiere mich jetzt viel weniger für Sexualität.  
 3 Ich habe das Interesse an Sexualität völlig verloren.

Summe Skala 2: \_\_\_\_\_

Übertrag Skala 1: \_\_\_\_\_ Gesamt Skala 1+2: \_\_\_\_\_

## **BDI-II: Durchführung, Auswertung**

### **Beurteilungszeitraum**

2 Wochen

### **Einsatzbereich**

Jugendliche ab 13 Jahren und Erwachsene

### **Bearbeitungsdauer**

5-10 Minuten (keine zeitliche Begrenzung)

### **Auswertung**

Summenwert

## **BDI-II: Summenwerte** (BDI-II; Hautzinger, 2006)

0-8	Keine Depression
9-13	Minimale Depression
14-19	Leichte Depression
20-28	Mittelschwere Depression
29-63	Schwere Depression

(Obsan, 2013: mittelschwere / schwere Depression keine Zunahme, hingegen Zunahme bei «selten leichte depressive Verstimmung»)

## BDI-II

- Veränderungssensitiv, Prä – Postmessung, Prozessmittel
- Alle Selbstbeurteilungen => Tendenz zur Ergebnisverzerrung
- Motivation des Pat., Beziehung
- Jede „innere Skala“ ist anders (wie oft ist „häufiger“?)
- Iteminhalte beachten, v.a. Suizidalität (Item: 9)
- Keine Diagnose mit (nur einem) FB; nur Einschätzung Schweregrad Depression
- Kosten / Bestellung: [www.testzentrale.ch](http://www.testzentrale.ch)

TESTZENTRALE



## Hamilton Depressions-Skala (HAMD)

(M. Hamilton, 1960)

- klassisches Fremdbeurteilungsinstrument für die Schwere depressiver Symptome
- Sehr häufig eingesetzt, v.a. in klinischen Studien
- 17 bzw. in anderen Versionen 21 oder 24 Fragen
- Einschätzung der Depressionstiefe auf Grund von 21 depressionstypischen Symptome
- fünfstufige Skala (0-4)
- Verlauf der depressiven Störung unter Therapie beschreiben

## Hamilton Depressions-Skala (HAMD)

- Für die einzelnen Antwortstufen sind Kurzbeschreibungen vorgegeben
- Grundlage der Beurteilung ist ein Interview mit dem Patienten (wenig standardisiert, Objektivität geringer; Richtlinien  
(Williams JBW: Strukturierte Interview-Richtlinien für die Hamilton Depression Rating Scale, Archives of General Psychiatry 45:742-747, 1988))
- Dauer: 20-30 Minuten
- Ohne Zeitdruck
- Patient sollte Gelegenheit haben, alles zu sagen, was er möchte.



## Hamilton Depressions-Skala (HAMD)

zeitlicher Bezugsrahmen: 7 Tage

### Inhalte:

Depressive Stimmung, Schuldgefühle, Suizid, Einschlafstörungen,  
Durchschlafstörungen, Schlafstörungen am Morgen,  
Arbeit und sonstige Tätigkeiten, Depressive Hemmung, Erregung,  
Angst – Psychisch, Angst – somatisch,  
Körperliche Symptome – Gastrointestinale,  
Körperliche Symptome – Allgemeine, Genitalsymptome, Hypochondrie,  
Gewichtsverlust, Krankheitseinsicht, Tagesschwankungen,  
Depersonalisation / Derealisation, Paranoide Symptome, Zwangssymptome

## Interview - Richtlinien

- Ich möchte Ihnen gerne einige Fragen über Ihr Befinden innerhalb der letzten 7 Tage stellen.
- Wie haben Sie sich in den letzten Tage gefühlt?
- Haben Sie sich niedergeschlagen oder deprimiert gefühlt?  
Hoffnungslos? Hilflos? Traurig? Wertlos?
- FALLS JA: Können Sie beschreiben, wie dieses Gefühl für Sie war?
- Wie ist Ihre Einstellung gegenüber der Zukunft? Geht es Ihnen besser, wenn andere Sie ermutigen/bestätigen?

## Hamilton Depressions-Skala (HAMD)

1. **Depressive Stimmung** (Gefühl der Traurigkeit, Hoffnungslosigkeit, Hilflosigkeit, Wertlosigkeit)

0 = Keine

1 = Nur auf Befragen geäußert

2 = Vom Patienten spontan geäußert

3 = Aus dem Verhalten zu erkennen (z.B. Gesichtsausdruck, Körperhaltung, Stimme, Neigung zum Weinen)

4 = Patient drückt fast ausschließlich diese Gefühlszustände in seiner verbalen und nicht verbalen Kommunikation aus.

## Hamilton Depressions-Skala (HAMD)

### 8. **Depressive Hemmung** (Verlangsamung von Denken und Sprache, Konzentrationschwäche, reduzierte Motorik)

0 = Sprache und Denken normal

1 = Geringe Verlangsamung bei der Exploration

2 = Deutliche Verlangsamung bei der Exploration

3 = Exploration schwierig

4 = Ausgeprägter Stupor

## HAMD: Auswertung

**Aufaddierung** der ersten 17 Items (die letzten 4 Items mehr von klinischem Interesse)

Leichte Depression	14 – 19 Punkte
Mittelschwere Depression	20 – 26 Punkte
Schwere Depression	mehr als 26 Punkte

European Edition, AMDP & CIPS, 1990

## Selbsttest im Web

- unterschiedliche Tests, mit u. ohne Auswertung
- Quellen / Qualität nicht einschätzbar (!)
- Früherfassung

# BBgD: Selbsttest I



[Impressum](#) | [Kontakt](#) | [Webmaster](#) | [Suchen](#) | [Login](#)



[Home](#) | [Über uns](#) | [Angebote](#) | [Selbsttest](#) | [Projekte](#) | [Infos](#) | [Links](#) | [Downloads](#)

[Notfall – was tun?](#)

Aktuelle Seite: [Home](#)

[Aktuell](#)

[Medien](#)

[Berner Bündnis gegen Depression](#)



[Veranstaltungen](#)

Das **Berner Bündnis gegen Depression (BBgD)** ist ein kantonales Netzwerk zur Verbesserung der Versorgungs- und Lebenssituation von depressiv erkrankten Menschen und ihren Angehörigen sowie zur Suizidprävention im Kanton Bern.



Depression ist eine behandelbare Krankheit, die jeden treffen kann, unabhängig von Alter, Beruf und sozialem Stand.

Diese Web-Site informiert über die Krankheit Depression, über Beratungsstellen, Veranstaltungen und Selbsthilfefaktivitäten.

## BBgD: Selbsttest II

Nur «schlecht drauf» – oder steckt eine Depression dahinter?

Kreuzen Sie mit «ja» an, wenn eine der folgenden Aussagen seit mehr als zwei Wochen auf Sie zutrifft.

Leiden Sie seit mehr als zwei Wochen unter:

Ja Nein

1. gedrückter Stimmung?

2. Interseelosigkeit und/oder Freudlosigkeit auch bei sonst angenehmen Ereignissen?

3. Schwunglosigkeit und/oder bleierner Müdigkeit und/oder innere Unruhe?

etc.

10. tiefer Verzweiflung und/oder Todesgedanken?



## BBgD: Selbsttest III

Wenn Sie zwei der Fragen Nr. 1 bis Nr. 3 mit «ja» beantwortet haben oder insgesamt drei oder mehr Punkte erreichen, könnte dies ein Zeichen für eine Depression sein.

Wenn Sie die Frage Nr. 10 mit «ja» beantwortet haben, dann suchen Sie bitte in jedem Fall **ärztliche Hilfe** auf, unabhängig von Ihrem sonstigen Testergebnis.

Dieser Selbsttest kann Hinweise auf eine mögliche Depression liefern, ist keine Diagnosestellung und ersetzt in keinem Fall ein Gespräch mit Ihrem Hausarzt.

# BBgD: Selbsttest IV

[www.buendnis-depression.de/depression/selbsttest.php](http://www.buendnis-depression.de/depression/selbsttest.php)



deutsches bündnis gegen depression e.v.



- Regionale Angebote**
- Inhaltliche Schwerpunkte**
- Selbsttest**
- Laufen gegen Depression**
- So können Sie helfen**
- Wir über uns**
- Mehr zum Thema Depression**
- Forum**
- Kooperationspartner und Unterstützer**
- Infomaterial bestellen**
- Login: Bündnis intern**
- Stiftung Deutsche Depressionshilfe**
- 2. Deutscher Patientenkongress Depression**

**Newsletter Anmeldung:**  
 E-Mail:



## Selbsttest

Leiden Sie seit mehr als 2 Wochen unter

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
1 Gedrückter Stimmung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Interesselosigkeit und/oder Freudlosigkeit, auch bei sonst angenehmen Ereignissen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Schwunglosigkeit und/oder bleierner Müdigkeit und/oder innerer Unruhe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Fehlendem Selbstvertrauen und/oder fehlendem Selbstwertgefühl	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Verminderter Konzentrationsfähigkeit und/oder starker Grübelneigung und/oder Unsicherheit beim Treffen von Entscheidungen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Starken Schuldgefühlen und/oder vermehrter Selbstkritik	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Negativen Zukunftsperspektiven und/oder Hoffnungslosigkeit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Hartnäckigen Schlafstörungen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Vermindertem Appetit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Tiefer Verzweiflung und/oder Todesgedanken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Angelehnt an ICD-10/V (F); © Prof. Hegerl

## BBgD: Selbsttest V - Auswertung

Bsp.:Item tiefe Verzweiflung / Todesgedanken: «**nein**»

«Ihre Angaben weisen nicht auf das Vorliegen einer depressiven Erkrankung hin. Falls Sie sich dennoch unwohl und depressiv fühlen sollten, suchen Sie bitte sicherheitshalber trotzdem einen Arzt/ eine Ärztin auf und sprechen mit ihm/ ihr über Ihre Beschwerden.»

## **BBgD: Selbsttest VI - Auswertung**

Bsp.: Item tiefe Verzweiflung / Todesgedanken: «**ja**»

«Bitte suchen Sie umgehend einen Arzt/ eine Ärztin auf. Ihr Ergebnis lässt vermuten, dass Sie unter einer schweren depressiven Erkrankung leiden. Falls Sie diesen Test für einen Familienangehörigen oder Freund gemacht haben, sollten Sie ihn oder sie unbedingt zu einem Arztbesuch motivieren. Bitte beachten Sie, dass schwere depressive Erkrankungen leider immer wieder zu Selbsttötungsversuchen führen. Insofern brauchen Sie jetzt dringend professionelle Hilfe .....»

=> Notfallnummern



bündnis  
gegen  
**DEPRESSION**  
bern



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit**

[www.berner-buendnis-depression.ch](http://www.berner-buendnis-depression.ch)