

Pers. Kontakt mit Erkrankten baut Vorurteile zu Depression ab – Studie zu Stigmatisierung in Bundeswehr und Bevölkerung

Persönlicher Kontakt mit Menschen, die an einer Depression erkrankt sind, geht mit einer geringeren Stigmatisierung psychischer Erkrankungen einher. Das zeigt eine neue Studie des Forschungszentrums der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention und des Bundeswehrkrankenhauses Berlin. Die Ergebnisse wurden als Preprint veröffentlicht und befinden sich derzeit im wissenschaftlichen Begutachtungsverfahren („Peer Review“).

Für die Studie wurden die Angaben von knapp 2.000 Angehörigen der Bundeswehr mit einer nach Alter, Geschlecht und Bildungsniveau vergleichbaren Stichprobe aus der deutschen Allgemeinbevölkerung verglichen. Untersucht wurden sowohl die persönliche und wahrgenommene Stigmatisierung gegenüber Menschen mit Depression als auch die sogenannte Depressionskompetenz – also das Wissen über Symptome, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten einer Depression.

Die Ergebnisse zeigen, dass Menschen mit persönlichem Kontakt zu Depression – sei es durch eigene Erfahrungen oder durch betroffene Familienmitglieder, Freundinnen und Freunde oder Kolleginnen und Kollegen – deutlich geringere persönliche Vorurteile gegenüber Menschen mit Depression aufweisen. Dieser Zusammenhang zeigte sich unabhängig davon, ob die Befragten der Bundeswehr oder der Allgemeinbevölkerung angehörten.

Entgegen verbreiteten Annahmen fanden sich insgesamt keine Hinweise darauf, dass Angehörige der Bundeswehr grundsätzlich stärker zur Stigmatisierung psychischer Erkrankungen neigen als die Allgemeinbevölkerung. Unterschiede zwischen den untersuchten Gruppen fielen insgesamt gering aus.

Gleichzeitig zeigte die Studie, dass Personen mit niedrigerem Bildungsniveau häufiger stärkere Stigmatisierung und eine geringere Depressionskompetenz berichteten. Die Ergebnisse unterstreichen damit die Bedeutung von persönlichem Kontakt und gezielter Aufklärung für den Abbau von Vorurteilen gegenüber Depression. Sie liefern zugleich wichtige Hinweise für die Weiterentwicklung betrieblicher Programme zur Förderung psychischer Gesundheit – sowohl innerhalb der Bundeswehr als auch in anderen Arbeitswelten.

Die Studie entstand im Rahmen der wissenschaftlichen Evaluation des Vier-Ebenen-Ansatzes der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention in der Bundeswehr.

Der 4-Ebenen-Ansatz verbindet zwei Ziele: die bessere Versorgung von Menschen mit Depression und die Prävention von Suiziden bzw. Suizidversuchen. In einer umschriebenen Region (Stadt, Gemeinde) werden gleichzeitig Interventionen auf vier Ebenen gestartet:

1. Kooperation mit Hausärzten (u.a. Schulungen)
2. Öffentlichkeitsarbeit (z.B. Plakatkampagne, öffentliche Veranstaltungen)
3. Schulungen von Multiplikatoren (z. B. Pfarrer, Lehrer, Journalisten, Altenpflegekräfte, Polizisten)
4. Unterstützung für Betroffene und deren Angehörige, u.a. durch Informationsmaterialien, die Förderung der Selbsthilfe und das digitale Selbstmanagement-Programm iFightDepression

(tool.ifightdepression.com/). Das iFightDepression-Tool ist ein internetbasiertes, kostenfreies, von Fachpersonal begleitetes Selbstmanagement-Programm für Menschen mit leichteren Depressionsformen. Es unterstützt Betroffene beim eigenständigen Umgang mit der Erkrankung Depression und gibt praktische Hinweise für den Alltag. iFightDepression ist in 15 verschiedenen Sprachen inkl. Arabisch und Ukrainisch verfügbar.

Hintergrund

Depression zählt weltweit zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Vorurteile und Stigmatisierung können dazu führen, dass Betroffene später professionelle Hilfe in Anspruch nehmen oder ihre Erkrankung verschweigen. Die Förderung der Depressionskompetenz und der Abbau von Stigmatisierung gelten daher als zentrale Bausteine der Suizidprävention und der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Hinweis: Bei der Veröffentlichung handelt es sich um einen wissenschaftlichen Preprint. Das Manuskript wurde bei einer internationalen Fachzeitschrift eingereicht und befindet sich derzeit im Peer-Review-Verfahren.

Originalpublikation:

https://osf.io/preprints/psyarxiv/xzna5_v1