

Vorwort

Der Begriff Debora steht für »Depressionsbewältigung in der stationären verhaltensmedizinisch orthopädischen Rehabilitation«. Debora bezeichnet das neue kombinierte und störungsspezifische Gruppentraining zur Verbesserung der Schmerzkompetenz bei unspezifischen chronischen Rückenschmerzen (CRS) sowie der Prävention und Mitbehandlung komorbider depressiver Symptome.

Die Grundlage für Debora wurde in einem ersten Forschungsprojekt im Auftrag der Deutschen Rentenversicherung Oldenburg-Bremen am Zentrum für Klinische Psychologie und Rehabilitation der Universität Bremen ins Leben gerufen. Es bestand in seiner ursprünglichen Version aus vier Modulen zur Verbesserung der Schmerzkompetenz, die erstmals mit fünf Modulen zur störungsspezifischen Prävention und Mitbehandlung depressiver Symptome in einem Training kombiniert wurden¹. Das Training wurde damals in das Behandlungsprogramm bei unspezifischen CRS an zwei regionalen Rehabilitationskliniken der Deutschen Rentenversicherung Oldenburg-Bremen integriert und zunächst im Bereich der klassisch orthopädischen Rehabilitation evaluiert. Die Ergebnisse zeigten, dass ein kombiniertes Training mit zusätzlichen störungsspezifischen Modulen zur Prävention und Mitbehandlung von komorbiden depressiven Symptomen und Erkrankungen einem alleinigen Schmerzkompetenztraining überlegen ist und einer weiteren Schmerzchronifizierung sowie der Manifestation komorbider depressiver Symptome vorbeugen kann.^{2,3} Aufgrund dieser Ergebnisse wurde im Auftrag der Deutschen Rentenversicherung Bund in Kooperation mit der Europa-Universität Flensburg in einem zweiten Forschungsprojekt das ursprüngliche Training von der Autorengruppe

überarbeitet, aktualisiert sowie manualisiert. Die Evaluation des Trainings erfolgte von Oktober 2014 bis Dezember 2015 in der verhaltensmedizinisch orthopädischen Rehabilitation. Das vorliegende manualisierte Gruppentraining umfasst vier Basismodule zur Verbesserung der Schmerzkompetenz (Module 1, 2, 3 und 4), vier Zusatzmodule zur Depressionsprävention und Mitbehandlung (Module 1a, 2a, 3a und 4a), zahlreiche Arbeitsmaterialien für Trainer und Teilnehmer sowie drei edukative Vorträge. Darüber hinaus wird das Gruppentraining durch begleitende Workshopaufgaben für die Teilnehmer ergänzt, um durch selbstständiges Bearbeiten von Aufgaben den Alltagstransfer gezielt zu unterstützen. Alle Trainingsmaterialien, -präsentationen und Videos für die Durchführung der Trainingsmodule und Vorträge stehen unter <http://extras.springer.com/> online zur Verfügung. Das neue Trainingskonzept ist somit ein kombiniertes und störungsspezifisches Trainingsprogramm für die psychologische Intervention bei unspezifischen CRS ohne depressive Symptome und mit leichten bis moderaten komorbiden depressiven Symptomen.

Die Ausgestaltung der Trainingsmaterialien wurde schließlich auf einen erweiterten Anwendungsbe-
reich angepasst. Somit kann das Gruppentraining sowohl im rehabilitativen als auch im kurativen Anwendungsbereich sowie im ambulanten, teilstationären und stationären Setting eingesetzt werden. Zudem lässt es sich in multidimensionale Behandlungsprogramme bei unspezifischen CRS integrieren oder als Einzelmaßnahme durchführen. Die Basismodule können auch ohne Zusatzmodule durchgeführt werden, jedoch nicht umgekehrt, da die Zusatzmodule inhaltlich auf den vorangehenden Basismodulen aufbauen.

Aus Gründen des besseren Leseflusses wird in diesem Manual auf eine geschlechtsspezifisch differenzierte Schreibweise verzichtet. So wird die männliche Form verwendet, in der die weibliche aber stets miteingeschlossen ist. Eine Ausnahme stellt das ► Kap. 5 »Stand der Therapieforschung« dar, in der Stichproben auch hinsichtlich des Geschlechts beschrieben werden.

**Beate Mohr, Sabrina Korsch, Svenja Roch,
Petra Hampel**

Flensburg, im September 2016

1 Mohr B, Hampel P (2006) Depressionsbewältigungstraining bei spezifischem Rückenschmerz. Unveröffentlichte Arbeitsmaterialien. Universität Bremen, Bremen

2 Hampel P, Gemp S, Mohr B, Schulze J, Tlach L (2014) Langfristige Effekte einer kognitiv-behavioralen Intervention auf die Schmerzverarbeitung in der stationären orthopädischen Rehabilitation von chronisch unspezifischem Rückenschmerz und Depressivität. *Psychother Psychosom Med Psychol* 64: 439–447

3 Tlach L, Hampel P (2011) Long-term effects of a cognitive-behavioral training program for the management of depressive symptoms among patients in orthopedic inpatient rehabilitation of chronic low back pain: a 2-year follow-up. *Eur Spine J* 20: 2143–2151

Debora - Trainingsmanual Rückenschmerzkompetenz
und Depressionsprävention

Mohr, B.; Korsch, S.; Roch, S.; Hampel, P.

2017, XII, 220 S. Mit Online-Extras., Softcover

ISBN: 978-3-662-52738-2