



## „Kompetente Unterstützung ist für Kinder depressiver Eltern wichtig!“ *Hape Kerkeling*

Ähnlich wie Hape Kerkeling wachsen in Deutschland 500.000 Kinder mit einem Vater oder einer Mutter auf, die an Depressionen leiden. An diese Familien richtet sich das PRODO-Programm. Denn genau diese Kinder und Jugendlichen und ihre Familien brauchen unsere Hilfe, um sich zu stärken und das Risiko, depressiv zu erkranken, zu verringern.



Foto: Stephan Pick

EIN PROJEKT DER KLINIK UND POLIKLINIK FÜR KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE, PSYCHOSOMATIK UND PSYCHOTHERAPIE DER LUDWIG-MAXIMILIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN

## WAS IST PRODO\*?

---

Familien, in denen Depressionen vorkommen, sind einem besonderen Maß an Stress und Belastung ausgesetzt. Durch unser Familienprogramm wollen wir Eltern und Kindern helfen, diesen Stress zu reduzieren. Das Programm basiert auf Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie und richtet sich an Eltern, die eine oder mehrere depressive Episoden erlebt haben und ihre gesunden Kinder.

Unser Ziel ist es, Kinder und Jugendliche vor Depressionen zu schützen. In 12 interessanten und abwechslungsreichen Gruppensitzungen kommen Familien zusammen, um gemeinsam Strategien zu lernen, wie sie besser mit Belastungen und Stress umgehen können. Das Programm wird wissenschaftlich untersucht und evaluiert.

## KINDER LERNEN:

---

Was ist eine Depression?

Wie kann ich mit schwierigen Situationen in der Familie umgehen?

Was mache ich, wenn ich gestresst bin?

Wie gehe ich mit traurigen Gefühlen und Gedanken um?

## ELTERN LERNEN:

---

Wie kann ich trotz meiner Depression positiv erziehen?

Wie kann ich mein Kind unterstützen, dass es gesund und glücklich aufwächst?

\*PRODO: "Primary Prevention of Depression in the Offspring of Depressed Parents"

## Wer kann mitmachen?

- Eltern mit mind. einer depressiven Episode zu Lebzeiten ihres Kindes
- Kinder ohne psychische Erkrankung von 8-17 Jahren
- Familien aus München und Umgebung

## Wann und wo?

Das Programm startet ca. alle 2 Monate

Nach einem Kennenlernertermin und der Zufallszuweisung in zwei Gruppen finden 8 wöchentliche und 4 monatliche Termine à 120 Minuten in der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie in der Nußbaumstraße 5a statt.

## Sie sind interessiert?

Dann melden Sie sich bei uns!

Kornelija Starman und Johanna Löchner

Tel.: 089/ 4522 9032 bzw. 4522 9034

kjp-prodo@med.uni-muenchen.de

**Projektleitung:** Dr. B. Platt und Prof. G. Schulte-Körne



[www.prodo-studie.de](http://www.prodo-studie.de)

Gesund. Leben. Bayern.



Das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege unterstützt das Projekt über die Initiative Gesund.Leben.Bayern.