

Supplement: Plain Language Summaries

Condition 1

(new guideline, causality statement not included, disclaimer not included, no CAMA PLS)

Barth et al. (2013):

Welche Psychotherapien helfen Erwachsenen mit einer Depression am besten?

Eine Übersichtsarbeit

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „Comparative Efficacy of Seven Psychotherapeutic Interventions for Patients with Depression: A Network Meta-Analysis“ zusammen. Die Übersichtsarbeit wurde 2013 veröffentlicht. Sie stammt von Jürgen Barth und sieben weiteren Forschenden von der Universität Bern und zwei weiteren Instituten.

Gut zu wissen

Dieser KLARtext fasst eine Übersichtsarbeit, eine sogenannte Metaanalyse, zusammen. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel. „Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?“). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel „Über alle Studien hinweg hilft

die Psychotherapie sehr gut.“). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Psychotherapien können Menschen mit psychischen Erkrankungen helfen. Das hat die Forschung bereits herausgefunden. Es gibt verschiedene Arten von Psychotherapien. Bei Erwachsenen mit einer leichten bis mittelschweren Depression helfen diese womöglich unterschiedlich gut.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Welche Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit leichten bis mittelschweren Depressionen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Alle untersuchten Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit Depressionen ähnlich gut. Sie helfen alle besser als gar keine Psychotherapie zu machen.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten nach Studien, die Arten von Psychotherapien miteinander oder gegenüber keiner Psychotherapie verglichen. Die Studien sollten untersuchen, wie gut die jeweilige Psychotherapie Erwachsenen mit Depression hilft.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 198 Studien aus den Jahren 1975 bis 2012, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 118 Erwachsenen mit Depressionen.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 198 Studien schauten die Forschenden jeweils, welche Art der Psychotherapie den Erwachsenen mit Depressionen wie gut half. Sie untersuchten auch, ob der Behandlungserfolg der jeweiligen Art der Psychotherapie mit anderen Merkmalen der Betroffenen zusammenhing.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

Verschiedene Arten von Psychotherapie:

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Nicht-direktive supportive Therapie
- Verhaltensaktivierung

- Psychodynamische Psychotherapie
- Problemlösetherapie
- Interpersonelle Psychotherapie
- Training sozialer Fertigkeiten

Merkmale der untersuchten Erwachsenen mit Depressionen (zum Beispiel Alter)
 Behandlungserfolg: Schwere der Depression nach einer Psychotherapie

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Jede Art der Psychotherapie half besser als keine Psychotherapie. Die Effektstärke Cohen's d betrug über die 198 Studien hinweg - 0.62 bis - 0.92. Das sind mittelgroße bis große Unterschiede zwischen Erwachsenen mit Depressionen, die keine Psychotherapie machten und denen, die eine Psychotherapie machten. Umgerechnet auf 100 Personen bedeutet dies: Zwischen 73 und 82 von 100 Erwachsenen waren nach einer Psychotherapie weniger depressiv als der Durchschnitt derjenigen ohne Psychotherapie.

Beim Vergleich von je zwei Arten der Psychotherapie miteinander, half eine Psychotherapieart wesentlich besser als eine andere. Die restlichen Unterschiede im Behandlungserfolg zwischen den Arten der Psychotherapie waren nicht bedeutsam. Lediglich die Interpersonelle Psychotherapie half etwas besser als die Nicht-direktive supportive Therapie. Cohen's d betrug hier - 0.30. Das ist ein kleiner Unterschied zwischen diesen beiden Therapiearten. Umgerechnet auf 100 Personen bedeutet dies: 61 von 100 Erwachsenen mit Depressionen in einer Interpersonellen Psychotherapie hatten einen höheren Behandlungserfolg als der Durchschnitt in Nicht-direktiver supportiver Therapie.

Die Forschenden fanden heraus, dass sich die Merkmale der untersuchten Erwachsenen nicht darauf ausgewirkt haben, wie gut eine Psychotherapie half. Der Einfluss solcher Merkmale auf den Behandlungserfolg war nicht bedeutsam.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.
- **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden Hinweise auf solche Verzerrungen. Sie haben sich bemüht, diese Verzerrungen zu berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Behandlungserfolg der Psychotherapien tatsächlich kleiner ist als in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: Zum Behandlungserfolg mancher Therapiearten wurden wenige Studien gefunden. Die zugehörigen Aussagen sind daher mit Vorsicht zu betrachten. Außerdem weisen sie darauf hin, dass das Ausmaß des Behandlungserfolges von Merkmalen der eingeschlossenen Studien abhängig war. Dazu gehören zum Beispiel, wie der Behandlungserfolg gemessen wurde und wie die Studien durchgeführt wurden.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Jede in dieser Übersichtsarbeit untersuchte Art der Psychotherapie kann zur Behandlung von Depressionen bei Erwachsenen empfohlen werden. Falls Sie oder jemand in Ihrem Umfeld von einer Depression betroffen ist, sollte die Entscheidung für eine bestimmte Psychotherapie erst nach Rücksprache mit Fachpersonal erfolgen.

Was ist noch zu beachten?**Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?**

Die Erstellung der Übersichtsarbeit wurde durch den Schweizerischen Nationalfonds finanziert. Das ist eine Stiftung, die Forschung fördert.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass folgende Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen: Ein Forscher ist Mitglied einer Steuerungsgruppe für Studien der Pharmaindustrie. Einige der Forschenden gehören einer universitären Forschungseinrichtung (CTU Bern) an. Diese unterstützt Studien der Pharmaindustrie.

Färber and Rosendahl (2018):

Wie hängen die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Eine Übersichtsarbeit

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „The Association Between Resilience and Mental Health in the Somatically Ill“ zusammen. Die Übersichtsarbeit wurde 2018 veröffentlicht. Sie stammt von den Forschenden Francesca Färber und Jenny Rosendahl von der Universität Jena.

Gut zu wissen

Dieser KLARtext fasst eine Übersichtsarbeit, eine sogenannte Metaanalyse, zusammen. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel “Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?”). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel “Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.”). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Eine körperliche Erkrankung wird häufig als belastend erlebt. Wie belastend eine solche Erkrankung für das seelische Wohlbefinden ist, hängt auch von den Eigenschaften einer Person ab. Dazu gehört die Eigenschaft, sich gut an schwierige Umstände anzupassen.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Wie hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammen: Diejenigen, die sich besser anpassen, haben ein höheres Wohlbefinden.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten Studien zum Zusammenhang zwischen der individuellen Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden. Teilnehmende der Studien mussten Menschen mit körperlichen Erkrankungen sein.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 55 Studien aus den Jahren 2006 bis 2018, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 003 Teilnehmenden.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 55 Studien schauten die Forschenden, wie die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammenhängen. Dabei interessierte sie die Größe und Richtung dieses Zusammenhangs: Geht eine bessere Anpassung mit höherem oder niedrigerem Wohlbefinden einher? Sie untersuchten auch den Einfluss von Eigenschaften der Studien auf diesen Zusammenhang.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

- Individuelle Anpassung an schwierige Umstände
- Eigenschaften der Studien: zum Beispiel die Anzahl der Teilnehmenden
- Seelisches Wohlbefinden

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Die Korrelation r betrug 0.43. Das ist ein mittelgroßer Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden bei Menschen mit körperlicher Erkrankung. Der Einfluss Beta der Anzahl der Teilnehmenden einer Studie auf den Zusammenhang betrug -0.003. Dies ist ein sehr kleiner Einfluss. Der Zusammenhang zwischen der Anpassung und dem Wohlbefinden wurde kleiner, je mehr Teilnehmende eine Studie hatte.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.
- **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden Hinweise auf solche Verzerrungen. Sie haben sich bemüht, diese Verzerrungen zu berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden tatsächlich ähnlich groß ist wie in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: In der Forschung ist man sich nicht einig, ob die Anpassung an schwierige Umstände eine angeborene Eigenschaft ist. Es könnte auch eine erlernbare und damit trainierbare Fähigkeit sein. Außerdem schwankte die Größe des Zusammenhangs zwischen den einzelnen gefundenen Studien stark. Manche Studien fanden einen größeren, andere einen kleineren Zusammenhang.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Körperlich erkrankte Menschen könnten während ihrer Behandlung möglicherweise besser unterstützt werden. Fachpersonal könnte frühzeitig die individuelle Anpassung an schwierige Umstände einschätzen. Wer sich schlecht an schwierige Umstände anpassen kann, könnte dann besondere Hilfe bekommen.

Was ist noch zur Übersichtsarbeit zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

In der Übersichtsarbeit können keine Angaben dazu gefunden werden, wie diese finanziert wurde.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass keine Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen.

Condition 2

(new guideline, causality statement not included, disclaimer included, no CAMA PLS)

Barth et al. (2013):

Welche Psychotherapien helfen Erwachsenen mit einer Depression am besten?

Eine Übersichtsarbeit

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „Comparative Efficacy of Seven Psychotherapeutic Interventions for Patients with Depression: A Network Meta-Analysis“ zusammen. Die Übersichtsarbeit wurde 2013 veröffentlicht. Sie stammt von Jürgen Barth und sieben weiteren Forschenden von der Universität Bern und zwei weiteren Instituten.

Gut zu wissen

Dieser KLARtext fasst eine Übersichtsarbeit, eine sogenannte Metaanalyse, zusammen. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel. „Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?“). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel „Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.“). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Psychotherapien können Menschen mit psychischen Erkrankungen helfen. Das hat die Forschung bereits herausgefunden. Es gibt verschiedene Arten von Psychotherapien. Bei Erwachsenen mit einer leichten bis mittelschweren Depression helfen diese womöglich unterschiedlich gut.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Welche Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit leichten bis mittelschweren Depressionen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Alle untersuchten Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit Depressionen ähnlich gut. Sie helfen alle besser als gar keine Psychotherapie zu machen.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten nach Studien, die Arten von Psychotherapien miteinander oder gegenüber keiner Psychotherapie verglichen. Die Studien sollten untersuchen, wie gut die jeweilige Psychotherapie Erwachsenen mit Depression hilft.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 198 Studien aus den Jahren 1975 bis 2012, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 118 Erwachsenen mit Depressionen.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 198 Studien schauten die Forschenden jeweils, welche Art der Psychotherapie den Erwachsenen mit Depressionen wie gut half. Sie untersuchten auch, ob der Behandlungserfolg der jeweiligen Art der Psychotherapie mit anderen Merkmalen der Betroffenen zusammenhing.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

Verschiedene Arten von Psychotherapie:

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Nicht-direktive supportive Therapie
- Verhaltensaktivierung
- Psychodynamische Psychotherapie
- Problemlösetherapie
- Interpersonelle Psychotherapie

- Training sozialer Fertigkeiten

Merkmale der untersuchten Erwachsenen mit Depressionen (zum Beispiel Alter)

Behandlungserfolg: Schwere der Depression nach einer Psychotherapie

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Jede Art der Psychotherapie half besser als keine Psychotherapie. Die Effektstärke Cohen's d betrug über die 198 Studien hinweg - 0.62 bis - 0.92. Das sind mittelgroße bis große Unterschiede zwischen Erwachsenen mit Depressionen, die keine Psychotherapie machten und denen, die eine Psychotherapie machten. Umgerechnet auf 100 Personen bedeutet dies: Zwischen 73 und 82 von 100 Erwachsenen waren nach einer Psychotherapie weniger depressiv als der Durchschnitt derjenigen ohne Psychotherapie.

Beim Vergleich von je zwei Arten der Psychotherapie miteinander, half eine Psychotherapieart wesentlich besser als eine andere. Die restlichen Unterschiede im Behandlungserfolg zwischen den Arten der Psychotherapie waren nicht bedeutsam. Lediglich die Interpersonelle Psychotherapie half etwas besser als die Nicht-direktive supportive Therapie. Cohen's d betrug hier - 0.30. Das ist ein kleiner Unterschied zwischen diesen beiden Therapiearten. Umgerechnet auf 100 Personen bedeutet dies: 61 von 100 Erwachsenen mit Depressionen in einer Interpersonellen Psychotherapie hatten einen höheren Behandlungserfolg als der Durchschnitt in Nicht-direktiver supportiver Therapie.

Die Forschenden fanden heraus, dass sich die Merkmale der untersuchten Erwachsenen nicht darauf ausgewirkt haben, wie gut eine Psychotherapie half. Der Einfluss solcher Merkmale auf den Behandlungserfolg war nicht bedeutsam.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.
- **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden Hinweise auf solche Verzerrungen. Sie haben sich bemüht, diese Verzerrungen zu berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Behandlungserfolg der Psychotherapien tatsächlich kleiner ist als in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: Zum Behandlungserfolg mancher Therapiearten wurden wenige Studien gefunden. Die zugehörigen Aussagen sind daher mit Vorsicht zu betrachten. Außerdem weisen sie darauf hin, dass das Ausmaß des Behandlungserfolges

von Merkmalen der eingeschlossenen Studien abhängig war. Dazu gehören zum Beispiel, wie der Behandlungserfolg gemessen wurde und wie die Studien durchgeführt wurden.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Jede in dieser Übersichtsarbeit untersuchte Art der Psychotherapie kann zur Behandlung von Depressionen bei Erwachsenen empfohlen werden. Falls Sie oder jemand in Ihrem Umfeld von einer Depression betroffen ist, sollte die Entscheidung für eine bestimmte Psychotherapie erst nach Rücksprache mit Fachpersonal erfolgen.

Was ist noch zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

Die Erstellung der Übersichtsarbeit wurde durch den Schweizerischen Nationalfonds finanziert. Das ist eine Stiftung, die Forschung fördert.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass folgende Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen: Ein Forscher ist Mitglied einer Steuerungsgruppe für Studien der Pharmaindustrie. Einige der Forschenden gehören einer universitären Forschungseinrichtung (CTU Bern) an. Diese unterstützt Studien der Pharmaindustrie.

Hinweis der KLARtext-Autor:innen

Als KLARtext-Autor:innen fassen wir eine bereits vorhandene Übersichtsarbeit zusammen. Wir haben diese Übersichtsarbeit nicht selbst durchgeführt. Die Aussagen der Autor:innen der Übersichtsarbeit haben wir in allgemeinverständliche Sprache übersetzt. Wir überprüfen nicht, ob diese Aussagen wissenschaftlich korrekt sind. Wir überprüfen nicht, wie gut die Übersichtsarbeit durchgeführt wurde. Wir prüfen auch nicht, ob die Ergebnisse der Übersichtsarbeit bereits veraltet sind.

Färber and Rosendahl (2018):

Wie hängen die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Eine Übersichtsarbeit

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „The Association Between Resilience and Mental Health in the Somatically Ill“ zusammen. Die Übersichtsarbeit wurde 2018 veröffentlicht. Sie stammt von den Forschenden Francesca Färber und Jenny Rosendahl von der Universität Jena.

Gut zu wissen

Dieser KLARtext fasst eine Übersichtsarbeit, eine sogenannte Metaanalyse, zusammen. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel „Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?“). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel „Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.“). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Eine körperliche Erkrankung wird häufig als belastend erlebt. Wie belastend eine solche Erkrankung für das seelische Wohlbefinden ist, hängt auch von den

Eigenschaften einer Person ab. Dazu gehört die Eigenschaft, sich gut an schwierige Umstände anzupassen.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Wie hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammen: Diejenigen, die sich besser anpassen, haben ein höheres Wohlbefinden.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten Studien zum Zusammenhang zwischen der individuellen Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden. Teilnehmende der Studien mussten Menschen mit körperlichen Erkrankungen sein.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 55 Studien aus den Jahren 2006 bis 2018, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 003 Teilnehmenden.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 55 Studien schauten die Forschenden, wie die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammenhängen. Dabei interessierte sie die Größe und Richtung dieses Zusammenhangs: Geht eine bessere Anpassung mit höherem oder niedrigerem Wohlbefinden einher? Sie untersuchten auch den Einfluss von Eigenschaften der Studien auf diesen Zusammenhang.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

- Individuelle Anpassung an schwierige Umstände
- Eigenschaften der Studien: zum Beispiel die Anzahl der Teilnehmenden
- Seelisches Wohlbefinden

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Die Korrelation r betrug 0.43. Das ist ein mittelgroßer Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden bei Menschen mit körperlicher Erkrankung.

Der Einfluss Beta der Anzahl der Teilnehmenden einer Studie auf den Zusammenhang betrug -0.003. Dies ist ein sehr kleiner Einfluss. Der Zusammenhang zwischen der Anpassung und dem Wohlbefinden wurde kleiner, je mehr Teilnehmende eine Studie hatte.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.
- **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden Hinweise auf solche Verzerrungen. Sie haben sich bemüht, diese Verzerrungen zu berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden tatsächlich ähnlich groß ist wie in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: In der Forschung ist man sich nicht einig, ob die Anpassung an schwierige Umstände eine angeborene Eigenschaft ist. Es könnte auch eine erlernbare und damit trainierbare Fähigkeit sein. Außerdem schwankte die Größe des Zusammenhangs zwischen den einzelnen gefundenen Studien stark. Manche Studien fanden einen größeren, andere einen kleineren Zusammenhang.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Körperlich erkrankte Menschen könnten während ihrer Behandlung möglicherweise besser unterstützt werden. Fachpersonal könnte frühzeitig die individuelle Anpassung an schwierige Umstände einschätzen. Wer sich schlecht an schwierige Umstände anpassen kann, könnte dann besondere Hilfe bekommen.

Was ist noch zur Übersichtsarbeit zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

In der Übersichtsarbeit können keine Angaben dazu gefunden werden, wie diese finanziert wurde.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass keine Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen.

Hinweis der KLARtext-Autor:innen

Als KLARtext-Autor:innen fassen wir eine bereits vorhandene Übersichtsarbeit zusammen. Wir haben diese Übersichtsarbeit nicht selbst durchgeführt. Die Aussagen der Autor:innen der Übersichtsarbeit haben wir in allgemeinverständliche Sprache übersetzt. Wir überprüfen nicht, ob diese Aussagen wissenschaftlich korrekt sind. Wir überprüfen nicht, wie gut die Übersichtsarbeit durchgeführt wurde. Wir überprüfen auch nicht, ob die Ergebnisse der Übersichtsarbeit bereits veraltet sind.

Condition 3

(new guideline, causality statement included, disclaimer not included, no CAMA PLS)

Barth et al. (2013):

Welche Psychotherapien helfen Erwachsenen mit einer Depression am besten?

Eine Übersichtsarbeit

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „Comparative Efficacy of Seven Psychotherapeutic Interventions for Patients with Depression: A Network Meta-Analysis“ zusammen. Die Übersichtsarbeit wurde 2013 veröffentlicht. Sie stammt von Jürgen Barth und sieben weiteren Forschenden von der Universität Bern und zwei weiteren Instituten.

Gut zu wissen

Dieser KLARtext fasst eine Übersichtsarbeit, eine sogenannte Metaanalyse, zusammen. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel. „Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?“). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel „Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.“). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Psychotherapien können Menschen mit psychischen Erkrankungen helfen. Das hat die Forschung bereits herausgefunden. Es gibt verschiedene Arten von Psychotherapien. Bei Erwachsenen mit einer leichten bis mittelschweren Depression helfen diese womöglich unterschiedlich gut.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Welche Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit leichten bis mittelschweren Depressionen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Alle untersuchten Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit Depressionen ähnlich gut. Sie helfen alle besser als gar keine Psychotherapie zu machen.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten nach Studien, die Arten von Psychotherapien miteinander oder gegenüber keiner Psychotherapie verglichen. Die Studien sollten untersuchen, wie gut die jeweilige Psychotherapie Erwachsenen mit Depression hilft.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 198 Studien aus den Jahren 1975 bis 2012, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 118 Erwachsenen mit Depressionen.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 198 Studien schauten die Forschenden jeweils, welche Art der Psychotherapie den Erwachsenen mit Depressionen wie gut half. Sie untersuchten auch, ob der Behandlungserfolg der jeweiligen Art der Psychotherapie mit anderen Merkmalen der Betroffenen zusammenhing.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

Verschiedene Arten von Psychotherapie:

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Nicht-direktive supportive Therapie
- Verhaltensaktivierung
- Psychodynamische Psychotherapie
- Problemlösetherapie

- Interpersonelle Psychotherapie
- Training sozialer Fertigkeiten

Merkmale der untersuchten Erwachsenen mit Depressionen (zum Beispiel Alter)

Behandlungserfolg: Schwere der Depression nach einer Psychotherapie

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Jede Art der Psychotherapie half besser als keine Psychotherapie. Die Effektstärke Cohen's d betrug über die 198 Studien hinweg - 0.62 bis - 0.92. Das sind mittelgroße bis große Unterschiede zwischen Erwachsenen mit Depressionen, die keine Psychotherapie machten und denen, die eine Psychotherapie machten. Umgerechnet auf 100 Personen bedeutet dies: Zwischen 73 und 82 von 100 Erwachsenen waren nach einer Psychotherapie weniger depressiv als der Durchschnitt derjenigen ohne Psychotherapie.

Beim Vergleich von je zwei Arten der Psychotherapie miteinander, half eine Psychotherapieart wesentlich besser als eine andere. Die restlichen Unterschiede im Behandlungserfolg zwischen den Arten der Psychotherapie waren nicht bedeutsam. Lediglich die Interpersonelle Psychotherapie half etwas besser als die Nicht-direktive supportive Therapie. Cohen's d betrug hier - 0.30. Das ist ein kleiner Unterschied zwischen diesen beiden Therapiearten. Umgerechnet auf 100 Personen bedeutet dies: 61 von 100 Erwachsenen mit Depressionen in einer Interpersonellen Psychotherapie hatten einen höheren Behandlungserfolg als der Durchschnitt in Nicht-direktiver supportiver Therapie.

Die Forschenden fanden heraus, dass sich die Merkmale der untersuchten Erwachsenen nicht darauf ausgewirkt haben, wie gut eine Psychotherapie half. Der Einfluss solcher Merkmale auf den Behandlungserfolg war nicht bedeutsam.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Was sagen die Ergebnisse aus?

In der Übersichtsarbeit wurden Unterschiede im Behandlungserfolg zwischen zwei Arten der Psychotherapie sowie zwischen einer und keiner Psychotherapie beobachtet. Wegen der Art der Studien, die berücksichtigt wurden, kann man mit hoher Sicherheit sagen, dass die Art der Psychotherapie auch die Ursache für den Behandlungserfolg von Erwachsenen mit Depressionen ist.

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.

- **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden Hinweise auf solche Verzerrungen. Sie haben sich bemüht, diese Verzerrungen zu berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Behandlungserfolg der Psychotherapien tatsächlich kleiner ist als in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: Zum Behandlungserfolg mancher Therapiearten wurden wenige Studien gefunden. Die zugehörigen Aussagen sind daher mit Vorsicht zu betrachten. Außerdem weisen sie darauf hin, dass das Ausmaß des Behandlungserfolges von Merkmalen der eingeschlossenen Studien abhängig war. Dazu gehören zum Beispiel, wie der Behandlungserfolg gemessen wurde und wie die Studien durchgeführt wurden.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Jede in dieser Übersichtsarbeit untersuchte Art der Psychotherapie kann zur Behandlung von Depressionen bei Erwachsenen empfohlen werden. Falls Sie oder jemand in Ihrem Umfeld von einer Depression betroffen ist, sollte die Entscheidung für eine bestimmte Psychotherapie erst nach Rücksprache mit Fachpersonal erfolgen.

Was ist noch zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

Die Erstellung der Übersichtsarbeit wurde durch den Schweizerischen Nationalfonds finanziert. Das ist eine Stiftung, die Forschung fördert.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass folgende Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen: Ein Forscher ist Mitglied einer Steuerungsgruppe für Studien der Pharmaindustrie. Einige der Forschenden gehören einer universitären Forschungseinrichtung (CTU Bern) an. Diese unterstützt Studien der Pharmaindustrie.

Färber and Rosendahl (2018):

Wie hängen die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Eine Übersichtsarbeit

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „The Association Between Resilience and Mental Health in the Somatically Ill“ zusammen. Die Übersichtsarbeit wurde 2018 veröffentlicht. Sie stammt von den Forschenden Francesca Färber und Jenny Rosendahl von der Universität Jena.

Gut zu wissen

Dieser KLARtext fasst eine Übersichtsarbeit, eine sogenannte Metaanalyse, zusammen. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel “Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?”). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel “Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.”). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Eine körperliche Erkrankung wird häufig als belastend erlebt. Wie belastend eine solche Erkrankung für das seelische Wohlbefinden ist, hängt auch von den

Eigenschaften einer Person ab. Dazu gehört die Eigenschaft, sich gut an schwierige Umstände anzupassen.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Wie hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammen: Diejenigen, die sich besser anpassen, haben ein höheres Wohlbefinden.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten Studien zum Zusammenhang zwischen der individuellen Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden. Teilnehmende der Studien mussten Menschen mit körperlichen Erkrankungen sein.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 55 Studien aus den Jahren 2006 bis 2018, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 003 Teilnehmenden.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 55 Studien schauten die Forschenden, wie die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammenhingen. Dabei interessierte sie die Größe und Richtung dieses Zusammenhangs: Geht eine bessere Anpassung mit höherem oder niedrigerem Wohlbefinden einher? Sie untersuchten auch den Einfluss von Eigenschaften der Studien auf diesen Zusammenhang.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

- Individuelle Anpassung an schwierige Umstände
- Eigenschaften der Studien: zum Beispiel die Anzahl der Teilnehmenden
- Seelisches Wohlbefinden

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Die Korrelation r betrug 0.43. Das ist ein mittelgroßer Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden bei Menschen mit körperlicher Erkrankung.

Der Einfluss Beta der Anzahl der Teilnehmenden einer Studie auf den Zusammenhang betrug -0.003. Dies ist ein sehr kleiner Einfluss. Der Zusammenhang zwischen der Anpassung und dem Wohlbefinden wurde kleiner, je mehr Teilnehmende eine Studie hatte.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Was sagen die Ergebnisse aus?

In der Übersichtsarbeit wurde ein Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden beobachtet. Wegen der Art der Studien, die berücksichtigt wurden, weiß man nur, dass es diesen Zusammenhang bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen gibt. Man kann aber nicht sicher sagen, dass die Anpassung auch die Ursache des Wohlbefindens ist.

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.
- **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden Hinweise auf solche Verzerrungen. Sie haben sich bemüht, diese Verzerrungen zu berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden tatsächlich ähnlich groß ist wie in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: In der Forschung ist man sich nicht einig, ob die Anpassung an schwierige Umstände eine angeborene Eigenschaft ist. Es könnte auch eine erlernbare und damit trainierbare Fähigkeit sein. Außerdem schwankte die Größe des Zusammenhangs zwischen den einzelnen gefundenen Studien stark. Manche Studien fanden einen größeren, andere einen kleineren Zusammenhang.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Körperlich erkrankte Menschen könnten während ihrer Behandlung möglicherweise besser unterstützt werden. Fachpersonal könnte frühzeitig die individuelle Anpassung an schwierige Umstände einschätzen. Wer sich schlecht an schwierige Umstände anpassen kann, könnte dann besondere Hilfe bekommen.

Was ist noch zur Übersichtsarbeit zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

In der Übersichtsarbeit können keine Angaben dazu gefunden werden, wie diese finanziert wurde.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass keine Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen.

Condition 4

(new guideline, causality statement included, disclaimer included, no CAMA PLS)

Barth et al. (2013):

Welche Psychotherapien helfen Erwachsenen mit einer Depression am besten?

Eine Übersichtsarbeit

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „Comparative Efficacy of Seven Psychotherapeutic Interventions for Patients with Depression: A Network Meta-Analysis“ zusammen. Die Übersichtsarbeit wurde 2013 veröffentlicht. Sie stammt von Jürgen Barth und sieben weiteren Forschenden von der Universität Bern und zwei weiteren Instituten.

Gut zu wissen

Dieser KLARtext fasst eine Übersichtsarbeit, eine sogenannte Metaanalyse, zusammen. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel. „Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?“). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel „Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.“). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Psychotherapien können Menschen mit psychischen Erkrankungen helfen. Das hat die Forschung bereits herausgefunden. Es gibt verschiedene Arten von Psychotherapien. Bei Erwachsenen mit einer leichten bis mittelschweren Depression helfen diese womöglich unterschiedlich gut.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Welche Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit leichten bis mittelschweren Depressionen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Alle untersuchten Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit Depressionen ähnlich gut. Sie helfen alle besser als gar keine Psychotherapie zu machen.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten nach Studien, die Arten von Psychotherapien miteinander oder gegenüber keiner Psychotherapie verglichen. Die Studien sollten untersuchen, wie gut die jeweilige Psychotherapie Erwachsenen mit Depression hilft.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 198 Studien aus den Jahren 1975 bis 2012, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 118 Erwachsenen mit Depressionen.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 198 Studien schauten die Forschenden jeweils, welche Art der Psychotherapie den Erwachsenen mit Depressionen wie gut half. Sie untersuchten auch, ob der Behandlungserfolg der jeweiligen Art der Psychotherapie mit anderen Merkmalen der Betroffenen zusammenhing.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

Verschiedene Arten von Psychotherapie:

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Nicht-direktive supportive Therapie
- Verhaltensaktivierung
- Psychodynamische Psychotherapie
- Problemlösetherapie

- Interpersonelle Psychotherapie
- Training sozialer Fertigkeiten

Merkmale der untersuchten Erwachsenen mit Depressionen (zum Beispiel Alter)

Behandlungserfolg: Schwere der Depression nach einer Psychotherapie

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Jede Art der Psychotherapie half besser als keine Psychotherapie. Die Effektstärke Cohen's d betrug über die 198 Studien hinweg - 0.62 bis - 0.92. Das sind mittelgroße bis große Unterschiede zwischen Erwachsenen mit Depressionen, die keine Psychotherapie machten und denen, die eine Psychotherapie machten. Umgerechnet auf 100 Personen bedeutet dies: Zwischen 73 und 82 von 100 Erwachsenen waren nach einer Psychotherapie weniger depressiv als der Durchschnitt derjenigen ohne Psychotherapie.

Beim Vergleich von je zwei Arten der Psychotherapie miteinander, half eine Psychotherapieart wesentlich besser als eine andere. Die restlichen Unterschiede im Behandlungserfolg zwischen den Arten der Psychotherapie waren nicht bedeutsam. Lediglich die Interpersonelle Psychotherapie half etwas besser als die Nicht-direktive supportive Therapie. Cohen's d betrug hier - 0.30. Das ist ein kleiner Unterschied zwischen diesen beiden Therapiearten. Umgerechnet auf 100 Personen bedeutet dies: 61 von 100 Erwachsenen mit Depressionen in einer Interpersonellen Psychotherapie hatten einen höheren Behandlungserfolg als der Durchschnitt in Nicht-direktiver supportiver Therapie.

Die Forschenden fanden heraus, dass sich die Merkmale der untersuchten Erwachsenen nicht darauf ausgewirkt haben, wie gut eine Psychotherapie half. Der Einfluss solcher Merkmale auf den Behandlungserfolg war nicht bedeutsam.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Was sagen die Ergebnisse aus?

In der Übersichtsarbeit wurden Unterschiede im Behandlungserfolg zwischen zwei Arten der Psychotherapie sowie zwischen einer und keiner Psychotherapie beobachtet. Wegen der Art der Studien, die berücksichtigt wurden, kann man mit hoher Sicherheit sagen, dass die Art der Psychotherapie auch die Ursache für den Behandlungserfolg von Erwachsenen mit Depressionen ist.

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

Worum geht es? Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.

Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit? Die Forschenden fanden Hinweise auf solche Verzerrungen. Sie haben sich bemüht, diese Verzerrungen zu

berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Behandlungserfolg der Psychotherapien tatsächlich kleiner ist als in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: Zum Behandlungserfolg mancher Therapiearten wurden wenige Studien gefunden. Die zugehörigen Aussagen sind daher mit Vorsicht zu betrachten. Außerdem weisen sie darauf hin, dass das Ausmaß des Behandlungserfolges von Merkmalen der eingeschlossenen Studien abhängig war. Dazu gehören zum Beispiel, wie der Behandlungserfolg gemessen wurde und wie die Studien durchgeführt wurden.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Jede in dieser Übersichtsarbeit untersuchte Art der Psychotherapie kann zur Behandlung von Depressionen bei Erwachsenen empfohlen werden. Falls Sie oder jemand in Ihrem Umfeld von einer Depression betroffen ist, sollte die Entscheidung für eine bestimmte Psychotherapie erst nach Rücksprache mit Fachpersonal erfolgen.

Was ist noch zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

Die Erstellung der Übersichtsarbeit wurde durch den Schweizerischen Nationalfonds finanziert. Das ist eine Stiftung, die Forschung fördert.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass folgende Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen: Ein Forscher ist Mitglied einer Steuerungsgruppe für Studien der Pharmaindustrie. Einige der Forschenden gehören einer universitären Forschungseinrichtung (CTU Bern) an. Diese unterstützt Studien der Pharmaindustrie.

Hinweis der KLARtext-Autor:innen

Als KLARtext-Autor:innen fassen wir eine bereits vorhandene Übersichtsarbeit zusammen. Wir haben diese Übersichtsarbeit nicht selbst durchgeführt. Die Aussagen der Autor:innen der Übersichtsarbeit haben wir in allgemeinverständliche Sprache übersetzt. Wir überprüfen nicht, ob diese Aussagen wissenschaftlich korrekt sind. Wir überprüfen nicht, wie gut die Übersichtsarbeit durchgeführt wurde. Wir prüfen auch nicht, ob die Ergebnisse der Übersichtsarbeit bereits veraltet sind.

Färber and Rosendahl (2018):

Wie hängen die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Eine Übersichtsarbeit

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „The Association Between Resilience and Mental Health in the Somatically Ill“ zusammen. Die Übersichtsarbeit wurde 2018 veröffentlicht. Sie stammt von den Forschenden Francesca Färber und Jenny Rosendahl von der Universität Jena.

Gut zu wissen

Dieser KLARtext fasst eine Übersichtsarbeit, eine sogenannte Metaanalyse, zusammen. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel “Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?”). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel “Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.”). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Eine körperliche Erkrankung wird häufig als belastend erlebt. Wie belastend eine solche Erkrankung für das seelische Wohlbefinden ist, hängt auch von den

Eigenschaften einer Person ab. Dazu gehört die Eigenschaft, sich gut an schwierige Umstände anzupassen.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Wie hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammen: Diejenigen, die sich besser anpassen, haben ein höheres Wohlbefinden.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten Studien zum Zusammenhang zwischen der individuellen Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden. Teilnehmende der Studien mussten Menschen mit körperlichen Erkrankungen sein.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 55 Studien aus den Jahren 2006 bis 2018, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 003 Teilnehmenden.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 55 Studien schauten die Forschenden, wie die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammenhingen. Dabei interessierte sie die Größe und Richtung dieses Zusammenhangs: Geht eine bessere Anpassung mit höherem oder niedrigerem Wohlbefinden einher? Sie untersuchten auch den Einfluss von Eigenschaften der Studien auf diesen Zusammenhang.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

- Individuelle Anpassung an schwierige Umstände
- Eigenschaften der Studien: zum Beispiel die Anzahl der Teilnehmenden
- Seelisches Wohlbefinden

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Die Korrelation r betrug 0.43. Das ist ein mittelgroßer Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden bei Menschen mit körperlicher Erkrankung.

Der Einfluss Beta der Anzahl der Teilnehmenden einer Studie auf den Zusammenhang betrug -0.003. Dies ist ein sehr kleiner Einfluss. Der Zusammenhang zwischen der Anpassung und dem Wohlbefinden wurde kleiner, je mehr Teilnehmende eine Studie hatte.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Was sagen die Ergebnisse aus?

In der Übersichtsarbeit wurde ein Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden beobachtet. Wegen der Art der Studien, die berücksichtigt wurden, weiß man nur, dass es diesen Zusammenhang bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen gibt. Man kann aber nicht sicher sagen, dass die Anpassung auch die Ursache des Wohlbefindens ist.

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.
- **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden Hinweise auf solche Verzerrungen. Sie haben sich bemüht, diese Verzerrungen zu berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden tatsächlich ähnlich groß ist wie in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: In der Forschung ist man sich nicht einig, ob die Anpassung an schwierige Umstände eine angeborene Eigenschaft ist. Es könnte auch eine erlernbare und damit trainierbare Fähigkeit sein. Außerdem schwankte die Größe des Zusammenhangs zwischen den einzelnen gefundenen Studien stark. Manche Studien fanden einen größeren, andere einen kleineren Zusammenhang.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Körperlich erkrankte Menschen könnten während ihrer Behandlung möglicherweise besser unterstützt werden. Fachpersonal könnte frühzeitig die individuelle Anpassung an schwierige Umstände einschätzen. Wer sich schlecht an schwierige Umstände anpassen kann, könnte dann besondere Hilfe bekommen.

Was ist noch zur Übersichtsarbeit zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

In der Übersichtsarbeit können keine Angaben dazu gefunden werden, wie diese finanziert wurde.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass keine Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen.

Hinweis der KLARtext-Autor:innen

Als KLARtext-Autor:innen fassen wir eine bereits vorhandene Übersichtsarbeit zusammen. Wir haben diese Übersichtsarbeit nicht selbst durchgeführt. Die Aussagen der Autor:innen der Übersichtsarbeit haben wir in allgemeinverständliche Sprache übersetzt. Wir überprüfen nicht, ob diese Aussagen wissenschaftlich korrekt sind. Wir überprüfen nicht, wie gut die Übersichtsarbeit durchgeführt wurde. Wir überprüfen auch nicht, ob die Ergebnisse der Übersichtsarbeit bereits veraltet sind.

Condition 5

(new guideline, causality statement included, disclaimer included, CAMA PLS for resilience)

Barth et al. (2013): Same as in condition 4

Färber and Rosendahl (2018):

Wie hängen die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Lebendige Evidenz in PsychOpen CAMA

KLARtexte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARtext wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARtext beruht auf lebendiger Evidenz aus der PsychOpen CAMA Datenbank des Leibniz-Instituts für Psychologie vom 07.06.2022. "Lebendige Evidenz" bedeutet hier, dass fortlaufend neue Forschungsergebnisse in die Metaanalyse (siehe "Gut zu wissen" weiter unten) aufgenommen werden können. Das Gesamtergebnis der Metaanalyse kann damit immer wieder an den neuesten Forschungsstand angepasst werden. Die Grundlage für die hier vorgestellte lebendige Evidenz bildet die Übersichtsarbeit mit dem Titel „The Association Between Resilience and Mental Health in the Somatically Ill“. Diese Übersichtsarbeit wurde 2018 veröffentlicht. Sie stammt von den Forschenden Francesca Färber und Jenny Rosendahl der Universität Jena.

Gut zu wissen

Die Übersichtsarbeit, auf der die lebendige Evidenz in PsychOpen CAMA beruht, ist eine Metaanalyse. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel "Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?"). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).

2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel "Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut."). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit, die in PsychOpen CAMA aufgenommen wurde?

Hintergrund: Eine körperliche Erkrankung wird häufig als belastend erlebt. Wie belastend eine solche Erkrankung für das seelische Wohlbefinden ist, hängt auch von den Eigenschaften einer Person ab. Dazu gehört die Eigenschaft, sich gut an schwierige Umstände anzupassen.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Wie hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Aktuelle Kernaussage in PsychOpen CAMA

Bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammen: Diejenigen, die sich besser anpassen, haben ein höheres Wohlbefinden.

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten Studien zum Zusammenhang zwischen der individuellen Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden. Teilnehmende der Studien mussten Menschen mit körperlichen Erkrankungen sein.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den in PsychOpen CAMA vorliegenden Studien schauten die Forschenden, wie die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammenhängen. Dabei interessierte sie die Größe und Richtung dieses Zusammenhangs: Geht eine bessere Anpassung mit höherem oder niedrigerem Wohlbefinden einher? Sie untersuchten auch den Einfluss von Eigenschaften der Studien auf diesen Zusammenhang.

Welche lebendige Evidenz findet sich in PsychOpen CAMA?

Welche Studien zur Forschungsfrage sind vorhanden?

Die lebendige Evidenz in PsychOpen CAMA umfasst aktuell insgesamt 55 Studien aus den Jahren 2006 bis 2018. Aus diesen Studien können derzeit insgesamt 95 Ergebnisse zu einer Metaanalyse zusammengefasst werden.

Was kann mit PsychOpen CAMA untersucht werden?

Für diesen KLARtext relevant:

- Individuelle Anpassung an schwierige Umstände
- Eigenschaften der Studien: die Anzahl der Teilnehmenden
- Seelisches Wohlbefinden

Zusätzlich können in PsychOpen CAMA weitere Vorgehensweisen zur Erfassung seelischen Wohlbefindens sowie weitere Eigenschaften der Studien (zum Beispiel, wo die Studie stattfand) verglichen werden.

Was sind die aktuellen Ergebnisse in PsychOpen CAMA?

- Die Korrelation r betrug 0.43. Das ist ein mittelgroßer Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden bei Menschen mit körperlicher Erkrankung.
- Der Einfluss Beta der Anzahl der Teilnehmenden einer Studie auf den Zusammenhang betrug -0.003. Dies ist ein sehr kleiner Einfluss. Der Zusammenhang zwischen der Anpassung und dem Wohlbefinden wurde kleiner, je mehr Teilnehmende eine Studie hatte.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Was sagen die Ergebnisse aus?

In der Übersichtsarbeit wurde ein Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden beobachtet. Wegen der Art der Studien, die berücksichtigt wurden, weiß man nur, dass es diesen Zusammenhang bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen gibt. Man kann aber nicht sicher sagen, dass die Anpassung auch die Ursache des Wohlbefindens ist.

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.

- **Was bedeutet das für die lebendige Evidenz in PsychOpen CAMA?** In PsychOpen CAMA fanden sich keine Hinweise auf solche Verzerrungen. Es ist deshalb anzunehmen, dass der Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden tatsächlich ähnlich groß ist wie berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

PsychOpen CAMA testet automatisch mit einem speziellen Verfahren, ob der Zusammenhang zwischen der individuellen Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen aussagekräftig ist oder die Aussagekraft durch fragwürdige Methoden eingeschränkt ist. Dieser Test deutet darauf hin, dass der gefundene Zusammenhang aussagekräftig ist. Man kann davon ausgehen, dass dieser Zusammenhang nicht durch fragwürdige Methoden in den gefundenen Studien zustande gekommen ist.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

In ihrer Übersichtsarbeit machten die Forschenden folgende Aussage: Körperlich erkrankte Menschen könnten während ihrer Behandlung möglicherweise besser unterstützt werden. Fachpersonal könnte frühzeitig die individuelle Anpassung an schwierige Umstände einschätzen. Wer sich schlecht an schwierige Umstände anpassen kann, könnte dann besondere Hilfe bekommen. Beachten Sie, dass die lebendige Evidenz seitdem möglicherweise erweitert wurde. Diese Aussage wurde aber nicht aktualisiert.

Was ist noch zur Übersichtsarbeit zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

In der Übersichtsarbeit, auf der die lebendige Evidenz beruht, können keine Angaben dazu gefunden werden, wie diese finanziert wurde.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten in der Übersichtsarbeit, auf der die lebendige Evidenz beruht, dass keine Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen.

Hinweis der KLARtext-Autor:innen

Als KLARtext-Autor:innen fassen wir eine bereits vorhandene Übersichtsarbeit und die dazu gehörende lebendige Evidenz zusammen. Wir haben diese Übersichtsarbeit nicht selbst durchgeführt. Die Aussagen der Autor:innen der Übersichtsarbeit haben wir in allgemeinverständliche Sprache übersetzt. Außerdem geben wir den Ergebnisstand aus PsychOpen CAMA wieder. Wir überprüfen nicht, ob diese Aussagen und die Ergebnisse wissenschaftlich korrekt sind. Wir überprüfen nicht, wie gut die Übersichtsarbeit durchgeführt wurde.

Condition 6

(old guideline, no causality statement, no disclaimer, no CAMA PLS)

Barth et al. (2013):

Welche Psychotherapien helfen Erwachsenen mit einer Depression am besten?

Eine Übersichtsarbeit

Diese Zusammenfassung bezieht sich auf die Übersichtsarbeit mit dem Titel „Comparative Efficacy of Seven Psychotherapeutic Interventions for Patients with Depression: A Network Meta-Analysis“ von Jürgen Barth und anderen aus dem Jahr 2013. Die Forschenden arbeiten an der Universität Bern und zwei weiteren Instituten.

Gut zu wissen

Die Übersichtsarbeit, zu der Sie heute eine Zusammenfassung lesen, ist eine Metaanalyse. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel „Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?“). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (zum Beispiel, wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel „Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.“). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Psychotherapien können Menschen mit psychischen Erkrankungen helfen. Das hat die Forschung bereits herausgefunden. Es gibt verschiedene Arten von Psychotherapien. Bei Erwachsenen mit einer leichten bis mittelschweren Depression helfen diese womöglich unterschiedlich gut.

Forschungsfrage: In dieser Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Welche Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit leichten bis mittelschweren Depressionen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Alle untersuchten Arten von Psychotherapien helfen Erwachsenen mit Depressionen ähnlich gut. Sie helfen alle besser als gar keine Psychotherapie.

Wie sind die Forschenden vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden gesucht?

Die Forschenden suchten nach Studien, die Arten von Psychotherapien miteinander oder gegenüber keiner Psychotherapie verglichen. Die Studien sollten untersuchen, wie gut die jeweilige Psychotherapie Erwachsenen mit Depression hilft.

Welche Studien haben die Forschenden gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 198 Studien aus den Jahren 1975 bis 2012, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 118 Erwachsenen mit Depressionen.

Was haben die Forschenden gemacht?

In den 198 Studien schauten die Forschenden jeweils welche Art der Psychotherapie den Erwachsenen mit einer Depressionen wie gut half. Sie untersuchten auch, ob der Behandlungserfolg der jeweiligen Art der Psychotherapie mit anderen Merkmalen der Betroffenen zusammenhing.

Was haben die Forschenden untersucht?

Verschiedene Arten von Psychotherapie:

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Nicht-direktive supportive Therapie
- Verhaltensaktivierung
- Psychodynamische Psychotherapie
- Problemlösetherapie
- Interpersonelle Psychotherapie
- Training sozialer Fertigkeiten

Merkmale der untersuchten Erwachsenen mit Depressionen (zum Beispiel Alter)

Behandlungserfolg: Schwere der Depression nach einer Psychotherapie

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

Jede Art der Psychotherapie half besser als keine Psychotherapie zu machen. Die Effektstärke Cohen's d betrug über die 198 Studien hinweg $d = -0.62$ bis $d = -0.92$. Das sind mittelgroße bis große Unterschiede zwischen Erwachsenen mit Depressionen, die keine Psychotherapie machten und denen, die eine Psychotherapie machten.

Beim Vergleich von je zwei Arten der Psychotherapie miteinander, half eine Psychotherapieart wesentlich besser als eine andere. Cohen's d betrug hier $d = -0.01$ bis $d = -0.29$. Das sind praktisch nicht bedeutsame Unterschiede zwischen den Arten der Psychotherapie. Lediglich die Interpersonelle Psychotherapie half etwas besser als die Nicht-direktive supportive Therapie. Cohen's d betrug hier $d = -0.30$. Das ist ein kleiner Unterschied zwischen diesen beiden Therapiearten.

Die Forschenden fanden heraus, dass sich die Merkmale der untersuchten Erwachsenen nicht darauf ausgewirkt haben, wie gut eine Psychotherapie half. Somer's d betrug hier $d = -0.08$. Das ist ein praktisch nicht bedeutsamer Einfluss solcher Merkmale auf den Behandlungserfolg.

Was bedeuten die Ergebnisse im Alltag?

Jede in dieser Übersichtsarbeit untersuchte Art der Psychotherapie kann zur Behandlung von Depressionen bei Erwachsenen empfohlen werden. Im Vergleich zu keiner Behandlung trägt eine Psychotherapie eher dazu bei, die Schwere der Depression zu mindern.

Was ist noch zu beachten?

Verzerrung der Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien

- *Worum geht es?* Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch, weil sie diese unveröffentlichten, uneindeutigen Ergebnisse nicht mitberücksichtigen können.
- *Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?* Die Forschenden dieser Übersichtsarbeit fanden Hinweise auf solche unveröffentlichten Studien mit uneindeutigen Ergebnissen. Sie nehmen deshalb an, dass der Behandlungserfolg einzelner Psychotherapien tatsächlich kleiner ist als in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wer hat die Studie finanziert?

Die Forschung wurde durch den Schweizerischen Nationalfonds finanziert. Eine Stiftung, die Forschung fördert.

Gab es Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten in ihrer Übersichtsarbeit, dass folgende Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen: Ein Forscher ist Mitglied einer Steuerungsgruppe für Studien der Pharmaindustrie. Einige der Forschenden gehören einer universitären Forschungseinrichtung (CTU Bern) an. Diese unterstützt Studien der Pharmaindustrie.

Färber and Rosendahl (2018):

Wie hängen die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Eine Übersichtsarbeit

Diese Zusammenfassung bezieht sich auf die Übersichtsarbeit mit dem Titel „The Association Between Resilience and Mental Health in the Somatically Ill“ von Francesca Färber und Jenny Rosendahl aus dem Jahr 2018. Die Forschenden arbeiten an der Universität Jena.

Gut zu wissen

Die Übersichtsarbeit, zu der Sie heute eine Zusammenfassung lesen, ist eine Metaanalyse. Forschende, die eine Metaanalyse machen, suchen zuerst die Ergebnisse aller Studien zu einer bestimmten Frage (zum Beispiel „Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?“). Dann fassen sie die Ergebnisse dieser Studien zusammen.

Warum macht man das? Eine Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Metaanalyse gibt einen Überblick über alle Studien, die diese Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer schon zu einer Frage geforscht hat (z. B., wer schon alles diese Psychotherapie untersucht hat). Außerdem steht dort, was in den einzelnen Studien herauskam (zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie geholfen hat).
2. Die Metaanalyse liefert außerdem einen Wert, der die Ergebnisse aller Studien zusammenfasst. Dafür nehmen die Forschenden die Einzelergebnisse aller gefundenen Studien und berechnen daraus ein Gesamtergebnis. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die Studien sehr unterscheiden, wird das berechnete Gesamtergebnis der Metaanalyse ungenau. Das berechnete Gesamtergebnis liefert den Forschenden die Antwort auf die anfangs gestellte Frage (zum Beispiel „Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.“). Dieses Gesamtergebnis hat eine viel höhere Aussagekraft als die Ergebnisse der einzelnen Studien.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Eine körperliche Erkrankung wird häufig als belastend erlebt. Wie belastend eine solche Erkrankung für das seelische Wohlbefinden ist, hängt auch von den

Eigenschaften einer Person ab. Dazu gehört die Eigenschaft, sich gut an schwierige Umstände anzupassen.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Wie hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen zusammen?

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Bei Menschen mit körperlichen Erkrankungen hängen die individuelle Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammen: Diejenigen, die sich besser anpassen, haben ein höheres Wohlbefinden.

Wie sind die Forschenden vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden gesucht?

Die Forschenden suchten Studien zum Zusammenhang zwischen der individuellen Anpassung an schwierige Umstände und seelischem Wohlbefinden. Teilnehmende der Studien mussten Menschen mit körperlichen Erkrankungen sein.

Welche Studien haben die Forschenden gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 55 Studien aus den Jahren 2006 bis 2018, deren Ergebnisse sie zu einer Metaanalyse zusammenfassen konnten. Insgesamt sind das Studienergebnisse von 15 003 Teilnehmenden.

Was haben die Forschenden gemacht?

In den 55 Studien schauten die Forschenden, wie die Anpassung an schwierige Umstände und das seelische Wohlbefinden zusammenhängen. Dabei interessierte sie die Größe und Richtung dieses Zusammenhangs: Geht eine bessere Anpassung mit höherem oder niedrigerem Wohlbefinden einher? Sie untersuchten auch den Einfluss von Eigenschaften der Studien auf diesen Zusammenhang.

Was haben die Forschenden untersucht?

- Individuelle Anpassung an schwierige Umstände
- Eigenschaften der Studien: zum Beispiel die Anzahl der Teilnehmenden
- Seelisches Wohlbefinden

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

- Die Korrelation r betrug $r = 0.43$. Das ist ein mittelgroßer Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden bei Menschen mit körperlicher Erkrankung.
- Der Einfluss Beta der Anzahl der Teilnehmenden einer Studie auf den Zusammenhang betrug $\text{Beta} = -0.003$. Dies ist ein sehr kleiner Einfluss. Der Zusammenhang zwischen der Anpassung und dem Wohlbefinden wurde kleiner, je mehr Teilnehmende eine Studie hatte.

Was bedeuten die Ergebnisse im Alltag?

Für Menschen mit körperlicher Erkrankung, die sich schlechter an schwierige Umstände anpassen können, ist möglicherweise äußere Unterstützung besonders wichtig für ihr seelisches Wohlbefinden. Die individuelle Anpassung an schwierige Umstände kann mit Hilfe von Fachpersonen eingeschätzt und trainiert werden. So kann das seelische Wohlbefinden bei einer körperlichen Erkrankung gegebenenfalls weniger beeinträchtigt sein.

Was ist noch zu beachten?

Verzerrung der Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien

- **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch, weil sie diese unveröffentlichten, uneindeutigen Ergebnisse nicht mitberücksichtigen können.
- **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden Hinweise auf solche unveröffentlichte Studien mit uneindeutigen Ergebnissen und haben sich bemüht, diese zu berücksichtigen. Sie nehmen deshalb an, dass der Zusammenhang zwischen der Anpassung an schwierige Umstände und dem seelischen Wohlbefinden tatsächlich ähnlich groß ist wie in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

In der Veröffentlichung der Übersichtsarbeit können keine Angaben dazu gefunden werden, wie die Forschung finanziert wurde.

Gab es Interessenkonflikte?

In der Veröffentlichung der Übersichtsarbeit geben die Forschenden an, dass keine Interessenkonflikte vorliegen.