

Depression – PHQ-A-Fragebogen für 11- bis 17-Jährige

Name: _____ Vorname: _____

Geburtsdatum: _____ Erhebungsdatum: _____

Anleitung: Wie oft hast du dich in den vergangenen zwei Wochen durch die folgenden Beschwerden beeinträchtigt gefühlt? Setze für jedes Symptom ein „X“ in das Kästchen unter der Antwort, die am besten beschreibt, wie du dich gefühlt hast.

	Überhaupt nicht	An einzelnen Tagen	An mehr als der Hälfte der Tage	Beinahe jeden Tag
Fühltest du dich niedergeschlagen, depressiv, reizbar oder hoffnungslos?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Hattest du wenig Interesse oder Freude daran, Dinge zu tun?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Hattest du Schwierigkeiten einzuschlafen oder durchzuschlafen, oder hast du zu viel geschlafen?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Hattest du weniger Appetit oder Gewichtsverlust? Oder hast du zu viel gegessen?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Fühltest du dich müde oder hattest du wenig Energie?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Hattest du eine schlechte Meinung von dir selbst? Oder das Gefühl, ein Versager zu sein oder dich selbst oder deine Familie enttäuscht zu haben?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Fällt es dir schwer, dich auf Dinge wie Schularbeiten, Lesen oder das Anschauen von Serien und Videos zu konzentrieren?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Hast du dich so verlangsamt bewegt oder gesprochen, dass es anderen aufgefallen sein könnte? Oder das Gegenteil – warst du so zappelig oder ruhelos, dass du dich viel mehr als sonst bewegt hast?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Hattest du Gedanken, dass du besser tot wärst oder dir auf irgendeine Weise wehtun oder schaden möchtest?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Hast du dich im letzten Jahr an den meisten Tagen depressiv oder traurig gefühlt, auch wenn es dir zwischendurch gut ging?	<input type="checkbox"/> Überhaupt nicht	<input type="checkbox"/> An einzelnen Tagen	<input type="checkbox"/> An mehr als der Hälfte der Tage	<input type="checkbox"/> Beinahe jeden Tag
Wenn du von den auf diesem Bogen genannten Problemen betroffen bist: Wie schwer ist es dir dadurch gefallen, deine Aufgaben (wie z. B. Schule) zu erledigen, dich um Dinge zu Hause zu kümmern oder mit anderen Menschen auszukommen?	<input type="checkbox"/> Überhaupt nicht schwer	<input type="checkbox"/> Etwas schwer	<input type="checkbox"/> Sehr schwer	<input type="checkbox"/> Extrem schwer

Johnson JG, Harris ES, Spitzer RL, Williams JB. The patient health questionnaire for adolescents: validation of an instrument for the assessment of mental disorders among adolescent primary care patients. J Adolesc Health. 2002;30(3):196-204. doi:10.1016/s1054-139x(01)00333-0 // Übernommen von: <https://www.nimh.nih.gov/research/research-conducted-at-nimh/asq-toolkit-materials/asq-tool/phq-9-modified-for-adolescents-phq-a>, Übersetzt von: Praxis Kraus & Kernbach.

Depression – Einschätzung Suizidrisiko

für Jugendliche & Erwachsene [Ask Suicide-Screening Questions (ASQ)]

Name: _____ Vorname: _____

Geburtsdatum: _____ Erhebungsdatum: _____

1. Hast du dir in den letzten Wochen gewünscht, tot zu sein? Ja
2. Hattest du in den letzten Wochen das Gefühl, dass es dir oder deiner Familie besser gehen würde, wenn du tot wärst? Ja
3. Hast du in der letzten Woche darüber nachgedacht, dir das Leben zu nehmen? Ja
4. Hast du jemals versucht, dir das Leben zu nehmen? Ja

Falls du Frage 4 mit Ja beantwortet hast:

Wie hast du versucht dir das Leben zu nehmen?

Wann hast du versucht dir das Leben zu nehmen?

5. Hast du im Moment Gedanken daran, dir das Leben zu nehmen? Ja

Falls du Frage 5 mit Ja beantwortet hast:

Bitte beschreibe diese Gedanken:

Bei Selbstmordgedanken brauchst du sofortige Unterstützung. Sprich mit einer Vertrauenslehrerin, einem Vertrauenslehrer, einer Ärztin, einem Arzt oder einer anderen Vertrauensperson. Oder rufe bei der Telefon-Seelsorge an: **0800 111 0 111**. Im Notfall wähle die **Notfall-Telefonnummer 112**.

Horowitz LM, Bridge JA, Teach SJ, et al. Ask Suicide-Screening Questions (ASQ): a brief instrument for the pediatric emergency department. Arch Pediatr Adolesc Med. 2012;166(12):1170-1176. doi:10.1001/archpediatrics.2012.1276 // Übernommen von: <https://www.nlm.nih.gov/research/research-conducted-at-nimh/asq-toolkit-materials/asq-tool/phq-9-modified-for-adolescents-phq-9>, Übersetzt von: Praxis Kraus & Kernbach.

Depression – PHQ-A-Fragebogen für 11- bis 17-Jährige

Auswertungsschritte (PHQ-9 modified for Adolescents - PHQ-A):

- **Punktevergabe:** Die 9 Items werden bewertet mit:
 - Überhaupt nicht = 0 Punkte
 - An einzelnen Tagen = 1 Punkt
 - An mehr als der Hälfte der Tage = 2 Punkte
 - Beinahe jeden Tag = 3 Punkte
- **Gesamtscore (Schweregrad):**
 - **0-4:** Keine oder minimale Depression (Gesund)
 - **5-9:** Leichte Depression
 - **10-14:** Mittelschwere Depression
 - **15-19:** Mittelschwere bis schwere Depression
 - **20-27:** Schwere Depression
- **Diagnostische Hinweise:**
 - **Hauptsymptome:** Frage 1 (Niedergeschlagenheit) oder Frage 2 (Interessenverlust) sollten mit 2 oder 3 bewertet sein.
 - **Dauer:** Für eine depressive Episode müssen mindestens 5 Symptome (inkl. Frage 1 oder 2) mit 2 oder 3 („mehr als die Hälfte der Tage“/„beinahe jeden Tag“) beantwortet werden.
 - **Suizidrisiko:** Frage 9 (Gedanken, sich Leid zuzufügen) erfordert immer eine sofortige klinische Abklärung, unabhängig vom Gesamtscore.
- **Funktionale Beeinträchtigung:** Die Zusatzfrage nach der Beeinträchtigung im Alltag (Schule, Freunde, Haushalt) ist essenziell für die klinische Relevanz.