

Schülerinformation über die Teilnahme an der Studie

## ProHEAD – Seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen fördern

**„Promoting Help-seeking using E-Technology for Adolescents (ProHEAD):  
Förderung des Hilfesuchverhaltens von Kindern und  
Jugendlichen durch den Einsatz neuer Medien“**

Prof. Dr. Rainer Thomasius  
Ärztlicher Leiter

Martinstraße 52  
20246 Hamburg  
Telefon: +49 (0) 40 7410-52206  
Fax: +49 (0) 40 7410-56571  
thomasius@uke.de  
www.uke.de

Version 4.0 für Schülerinnen und Schüler im Alter von 12-14 Jahren vom 26.05.2020

Liebe Schülerin, lieber Schüler,

gerne möchten wir Dich mit diesem Schreiben über die ProHEAD Studie informieren und Dich zur Teilnahme einladen. Die Studie wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert. Die Befragungen in der Schule wurden durch die Behörde für Schule und Berufsbildung der Freien und Hansestadt Hamburg genehmigt. Auf den folgenden Seiten findest Du wichtige Informationen. Lass Dir ausreichend Zeit und stelle den Studienmitarbeitern alle Fragen, die für Dich wichtig sind. Du kannst dann entscheiden, ob Du teilnehmen möchtest. Für Deine Teilnahme wären Dir wir sehr dankbar!

### Ziel der Studie

ProHEAD untersucht, wie es Kindern und Jugendlichen in Deutschland geht und was sie beschäftigt. Dabei möchte ProHEAD Kinder und Jugendliche in ihrem seelischen Wohlbefinden unterstützen. Das heißt ProHEAD will:

1. Kinder und Jugendliche stärken, damit es ihnen weiterhin gut geht.
2. Kinder und Jugendliche begleiten, die von seelischen Problemen wie z.B. traurigen Gefühlen, Problemen mit dem Thema Essen oder gefährlichem Alkoholkonsum berichten.
3. Kindern und Jugendlichen helfen, bei Bedarf an professionelle Hilfe zu kommen.

Den meisten Kindern und Jugendlichen in Deutschland geht es gut. Damit dies auch lange so bleibt, möchte ProHEAD diese Kinder und Jugendlichen stärken. Es gibt aber auch Kinder und Jugendliche, die von seelischen Problemen berichten. Viele der Betroffenen versuchen lange, selbstständig mit der Situation zurechtzukommen, bevor sie sich professionelle Hilfe suchen. Mögliche Gründe dafür können Scham, Angst vor negativen Reaktionen oder fehlende Informationen sein. Um diese Hindernisse zu überwinden, können Onlineangebote eine große Hilfe sein. Viele Jugendliche kennen sich im Umgang mit dem PC und dem Internet gut aus und fühlen sich dort anonym und dadurch sicher.

Wir führen daher in Zusammenarbeit mit den regionalen Schulen und verschiedenen Institutionen in anderen deutschen Städten die ProHEAD Studie durch. Dadurch wollen wir Gedanken, Gefühle und Einstellungen von allen Jugendlichen zum Thema seelische Gesundheit besser verstehen und verschiedene Onlineprogramme testen, die die seelische Gesundheit fördern, seelische Probleme verhindern und bei bereits vorhandenen Problemen helfen sollen, sich Hilfe zu suchen.

## Ablauf

Insgesamt werden 15.000 Schülerinnen und Schüler in ganz Deutschland an ProHEAD teilnehmen. In Hamburg werden es 3.000 Schülerinnen und Schüler sein. Als erstes benötigen wir Informationen darüber, wie es Schülerinnen und Schülern geht. Dazu führen wir eine Fragebogenuntersuchung durch, in der es z.B. um die Themen Verhalten, Stärken und Schwächen, unangenehme Gefühle, Essverhalten, Alkoholkonsum und Selbstverletzung geht. Außerdem möchten wir wissen, was Schülerinnen und Schüler von Hilfsangeboten halten und ob sie diese nutzen würden.

Zusätzlich dient der Fragebogen dazu, jede Schülerin und jeden Schüler zu einem passenden Onlineprogramm einzuladen. Nach 12 und 24 Monaten wird erneut ein Fragebogen ausgefüllt. Dadurch können wir feststellen, ob und welche der Onlineprogramme genutzt wurden und ob sie geholfen haben. Das Ausfüllen der Fragebögen wird in der Schule während des Unterrichts in der Klasse am PC stattfinden und ca. 90 Minuten dauern. Lehrkräfte und Eltern erfahren nicht, was Du im Fragebogen angegeben hast.

Nach der ersten Befragung wirst Du zu einem Programm eingeladen. Diese Programme finden online statt und bieten Unterstützung in fünf unterschiedlichen Themenbereichen. Zu welchem Programm Du eingeladen wirst, hängt davon ab, welches am besten zu Dir passt. Innerhalb der Programme erfolgt dann per Zufall eine Zuteilung zu unterschiedlichen Gruppen. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer wird in jedem Fall an einem Programm teilnehmen, das auf die eigenen Bedürfnisse abgestimmt ist. Ob Du die Programme nutzt, entscheidest allein Du, es gibt keinen Zwang.

Die verschiedenen Programme behandeln folgende Themen:

### **Wohlbefinden stärken**

**Zu diesem Programm werden Kinder und Jugendliche eingeladen, die sich gut fühlen. Das Programm soll die seelische Gesundheit stärken und der Entstehung von Problemen vorbeugen.**

Gruppe 1. Die Schülerinnen und Schüler erlernen in einem internetbasierten Programm in 8 Modulen verschiedene Strategien, wie sie erfolgreich mit Stress umgehen können. Die Module beinhalten unter anderem Informationen und Übungen zu den Themen Stressprävention, Problemlösen und Entspannungstechniken.

Gruppe 2. Die Schülerinnen und Schüler erhalten in einem internetbasierten Programm in 8 Modulen Informationen und Strategien zum Thema gesunde Ernährung.

Zeitaufwand: selbstbestimmt, bei vollständiger Nutzung: 8 Wochen, 90 Minuten pro Woche/Modul

### **Hilfe bei problematischem Essverhalten**

**Zu diesem Programm werden Kinder und Jugendliche eingeladen, die häufig über Essen, ihre Figur und ihr Gewicht nachdenken und sich immer mehr damit beschäftigen.**

Gruppe 1. Die Schülerinnen und Schüler erhalten Zugang zu einem Online-Portal, das Informationen zum Thema Essstörungen beinhaltet. Es besteht die Möglichkeit, sich über Foren und Chats mit anderen Kindern und Jugendlichen sowie mit Therapeuten auszutauschen und individuelle Unterstützung zu erhalten.

Gruppe 2. Zusätzlich zu den allgemeinen Portal-Funktionen werden die Schülerinnen und Schüler in dieser Gruppe dazu angeleitet, ihre Schönheitsideale zu hinterfragen.

Gruppe 3. Zusätzlich zu den allgemeinen Portal-Funktionen nehmen die Schülerinnen und Schüler in dieser Gruppe an einem durch Fachpersonal geleiteten Gruppenchat teil, in dem gewichts- und körperbezogene Problematiken besprochen werden.

Zeitaufwand: selbstbestimmt, bei vollständiger Nutzung: 6 Wochen, 90 Minuten pro Woche

### **Hilfe bei depressiven Symptomen**

**Zu diesem Programm werden Kinder und Jugendliche eingeladen, die vermehrt mit schlechter Stimmung und negativen Gedanken zu tun haben.**

Gruppe 1. Die Schülerinnen und Schüler erhalten Zugang zu einem Online-Programm, in dem sie Informationen über Depressionen erhalten und Übungen zum Umgang mit Symptomen erlernen, zum Beispiel negative Gedanken zu erkennen oder Pläne erfolgreich umzusetzen.

Gruppe 2. Die Schülerinnen und Schüler nehmen an einem durch Fachpersonal geleiteten Gruppenchat teil, in dem zum Beispiel besprochen wird, welche Symptome bei Depressionen auftreten, wie man mit ihnen umgehen kann und welche Behandlungsstrategien es gibt.

Gruppe 3. Die Schülerinnen und Schüler erhalten Zugang zu einem Online-Modul mit Informationen zu Anzeichen von Depressionen.

Zeitaufwand: selbstbestimmt, bei vollständiger Nutzung: 6 Wochen, 90 Minuten pro Woche

### **Prävention von riskantem Alkoholkonsum**

**Zu diesem Programm werden Kinder und Jugendliche eingeladen, die von Problemen im Umgang mit Alkohol berichten.**

Gruppe 1. Die Schülerinnen und Schüler erhalten in einer kurzen Online-Intervention individuelles Feedback zu ihren Trinkgewohnheiten und zu möglichen Risiken. Sie werden darin bestärkt, den Alkoholkonsum zu reduzieren und erlernen Strategien, diese Ziele umzusetzen.

Gruppe 2. Die Schülerinnen und Schüler berichten zusätzlich zur Online-Intervention wöchentlich in einer kurzen SMS-initiierten Online-Befragung über ihr Trinkverhalten.

Gruppe 3. Die Schülerinnen und Schüler berichten zusätzlich zur Online-Intervention wöchentlich in zwei kurzen SMS-initiierten Online-Befragungen über ihre Trinkabsichten und ihr Trinkverhalten und erhalten individualisiertes Feedback.

Gruppe 4. Die Schülerinnen und Schüler erhalten Online-Informationsmaterial, das über Risiken des Alkoholkonsums und Hilfsangebote in der Nähe aufklärt.

Zeitaufwand: selbstbestimmt, bei vollständiger Nutzung: 12 Wochen, 10 Minuten pro Woche

### **Unterstützung bei der Suche nach professioneller Hilfe**

**Zu diesem Programm werden Kinder und Jugendliche eingeladen, die von ernsthaften seelischen Problemen berichten.**

Gruppe 1. Die Schülerinnen und Schüler erhalten Zugang zu einem Online-Portal, auf dem sie u.a. Informationen über psychische Erkrankungen, Erfahrungsberichte von Gleichaltrigen und Kontaktadressen von möglichen Hilfen erhalten. Durch eine personalisierte Rückmeldung und Motivation sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer darin bestärkt werden, bei psychischen Problemen professionelle Hilfe aufzusuchen.

Gruppe 2. Die Schülerinnen und Schüler erhalten eine Empfehlung sich Hilfe zu suchen und Informationsmaterial, auf dem Kontaktadressen lokaler Hilfsangebote für psychische Probleme vermerkt sind.

Zeitaufwand: selbstbestimmt, das Angebot ist bis zu einem Jahr verfügbar und kann beliebig oft genutzt werden

Während der Teilnahme an den Programmen werden weitere kurze Online-Befragungen durchgeführt, um die Entwicklung der seelischen Gesundheit zu beobachten.

Der Zeitaufwand für die Teilnahme an der Studie kann sich zwischen den einzelnen Programmen unterscheiden, beschränkt sich jedoch auf maximal 90 Minuten pro Woche. In den meisten Fällen kannst Du selbst bestimmen, wie viel Zeit Du aufwendest, je nachdem, wie intensiv Du das Programm nutzen möchtest.

### **Nutzen und Risiken der Teilnahme**

Durch die Teilnahme an der Studie erhältst Du Zugriff auf Online-Programme zur Förderung der seelischen Gesundheit. Dadurch hast Du die Möglichkeit, auf einfachem Weg etwas für Dein Wohlergehen zu tun. Die Teilnahme an der Studie ist für Dich mit keinen Nachteilen verbunden.

### Informationen zum Datenschutz

Die ärztliche Schweigepflicht und datenschutzrechtliche Bestimmungen werden eingehalten. Für die Anmeldung benötigst Du eine E-Mail-Adresse und kannst Dir einen beliebigen Benutzernamen aussuchen. Du musst nicht Deinen richtigen Namen angeben. Niemand außer den Studienmitarbeitern erhält Deine E-Mail-Adresse oder kann sehen, was Du in der Befragung angegeben hast. Während der Studie werden persönliche Informationen von Dir erhoben und elektronisch gespeichert.

Die für die Studie wichtigen Daten werden zusätzlich in pseudonymisierter\* Form gespeichert, ausgewertet und gegebenenfalls an unsere Partneruniversitäten und Partnerkliniken (Universität Leipzig, Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd, Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim, Philipps-Universität Marburg, Universitätsklinikum Heidelberg und Universitätsklinikum Köln (zur Unterstützung eines BMBF-geförderten Querschnittsprojektes)) weitergegeben. Die Studienleitung wird alle angemessenen Schritte unternehmen, um den Schutz Deiner Daten gemäß den Datenschutzstandards der Europäischen Union zu gewährleisten. Die Daten sind gegen unbefugten Zugriff gesichert. Sobald es nach dem Forschungs- und Statistikzweck möglich ist, werden die personenbezogenen Daten anonymisiert. Deine Daten werden bis zum Abschluss der Datenauswertung, mindestens jedoch 10 Jahre aufbewahrt. Die Daten werden nur für diese Studie verwendet.

Du kannst Dich beim Verantwortlichen über Deine gespeicherten Daten informieren. Du kannst die Daten, die nicht stimmen, berichtigen oder Du kannst Daten löschen bzw. einschränken lassen.

Der Verantwortliche für die studienbedingte Erhebung Deiner Daten ist:

Prof. Dr. Michael Kaess  
Universitätsklinikum Heidelberg, Zentrum für Psychosoziale Medizin, Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie  
Blumenstraße 8, 69115 Heidelberg  
E-Mail: michael.kaess@med.uni-heidelberg.de

Wenn Du Fragen zum Umgang und Schutz Deiner Daten hast, kannst Du Dich an den folgenden Datenschutzbeauftragten der Einrichtung wenden:

Universitätsklinikum Heidelberg  
Datenschutzbeauftragter  
Im Neuenheimer Feld 672, 69121 Heidelberg  
Tel.: 06221/56-7036  
E-Mail: Datenschutz@med.uni-heidelberg.de

Du kannst Dich gemeinsam mit Deinen Eltern bei folgender Aufsichtsbehörde beschweren, wenn Du der Meinung bist, dass der Umgang mit Deinen Daten nicht ordnungsgemäß ist:

Der Landesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit Baden-Württemberg  
Postfach 10 29 32, 70025 Stuttgart  
Königstraße 10a, 70173 Stuttgart  
Tel.: 0711/61 55 41 – 0  
Fax: 0711/61 55 41 – 15  
E-Mail: poststelle@lfdi.bwl.de  
Internet: <http://www.baden-wuerttemberg.datenschutz.de>

Dieses Forschungsvorhaben ist durch die Ethik-Kommission der Ärztekammer Hamburg ethisch und fachrechtlich beraten worden.

\* Pseudonymisierung bedeutet Verschlüsselung von Daten ohne Namensnennung nur mit Nummern und ggf. mit dem Geburtsdatum codiert. Die Zuordnung der Daten zu einer Person ist nur möglich, wenn hierfür der Schlüssel eingesetzt wird, mit dem die Daten pseudonymisiert wurden (§3 Abs. 6a Bundesdatenschutzgesetz). Zugang zu dem „Schlüssel“, der eine persönliche Zuordnung der Daten ermöglicht, haben nur ausdrücklich autorisierte Personen. Enthalten E-Mail-Adresse oder gewählter Benutzername den Klammern, so ist keine vollständige Pseudonymisierung gegeben.

### **Freiwilligkeit und Rücktritt von der Studie**

Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig. Wenn Du an der Studie teilnehmen möchtest, bitten wir Dich, die beiliegende Einwilligungserklärung zu unterschreiben. Du kannst jederzeit angeben, ohne zu sagen warum, dass Du nicht weiter daran teilnehmen möchtest. Dadurch entstehen Dir keinerlei Nachteile. Wenn Du nicht mehr teilnehmen möchtest, kannst Du Dich an die Studienkoordination (siehe unten) wenden. Du kannst dann entscheiden, ob die von Dir studienbedingt erhobenen Daten gelöscht werden sollen oder weiterhin für die Zwecke der Studie verwendet werden dürfen. Auch wenn Du zunächst einer weiteren Verwendung zustimmst, kannst Du nachträglich Deine Meinung noch ändern und die Löschung der Daten verlangen; wende Dich dafür bitte ebenfalls an die Studienkoordination. Daten, die bereits in wissenschaftliche Auswertungen eingeflossen sind oder Daten, die bereits anonymisiert wurden, können nicht mehr auf Deinen Wunsch gelöscht werden.

### **Entstehen mir durch die Teilnahme Kosten?**

Die Studienteilnahme ist für Dich kostenlos.

**Wichtig:** Damit Du an dem Projekt teilnehmen kannst, benötigst Du eine E-Mail Adresse, um Dich im Onlineprogramm anmelden zu können.

Du findest das Informationsschreiben und die Einverständniserklärung auf unserer Website: [www.prohead.de](http://www.prohead.de) und kannst sie dort jederzeit nachlesen.

Wenn Du noch Fragen an die Studienmitarbeiter hast, dann solltest Du diese auf jeden Fall stellen. Bei weiteren Fragen kannst Du Dich gerne an das Studienzentrum (Tel: 040 – 7410-55259) wenden.

**Wir würden uns sehr freuen, wenn Du an der Studie teilnimmst.**

Mit freundlichen Grüßen



Prof. Dr. R. Thomasius  
Studienleiter



Dr. S. Diestelkamp  
Studienkoordination