



# UNIVERSITÄTS KLINIKUM HEIDELBERG

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie | Blumenstraße 8 | 69115 Heidelberg

## 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“

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 Befragung in Deiner Schule wurde durch das Kultusministerium Baden-Württemberg genehmigt. Auf den folgenden Seiten findest Du wichtige Informationen. Lass Dir ausreichend Zeit und stelle den Studienmitarbeitern alle Fragen, die für Dich wichtig sind. Anschließend kannst Du entscheiden, ob Du an unserer Studie teilnehmen möchtest. Für Deine Teilnahme wären wir Dir sehr dankbar!

#### **Ziele 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, denen es nicht so gut geht. Das heißt, 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. Sie fühlen sich wohl, sind fröhlich und unbeschwert. Damit dies auch lange so bleibt, möchte ProHEAD diese Kinder und Jugendlichen stärken. Es gibt aber auch Kinder und Jugendliche, denen es nicht so gut geht und die von seelischen Problemen berichten. Viele dieser Kinder und Jugendlichen versuchen lange selbst mit der Situation zurechtzukommen, bevor sie sich Hilfe suchen. Das kann passieren, weil sie sich schämen, Angst vor negativen Reaktionen haben oder einfach nicht wissen, wo sie Hilfe bei seelischen Problemen bekommen können. Das Internet bietet eine neue Möglichkeit, um Kindern und Jugendlichen in dieser Situation besser zu helfen. Viele Kinder und Jugendliche kennen sich im Umgang mit dem PC und dem Internet gut aus und fühlen sich dort sicher.

Wir führen daher in Zusammenarbeit mit Schulen und verschiedenen Einrichtungen 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, die richtige Hilfe zu finden.

#### **Zentrum für Psychoziale Medizin**

Klinik für Allgemeine Psychiatrie  
Prof. Dr. med. Sabine Herpertz  
Klinik für Allgemeine Innere Medizin  
und Psychosomatik  
Prof. Dr. med.  
Hans-Christoph Friederich  
Klinik für Kinder- und  
Jugendpsychiatrie  
Prof. Dr. med. univ. Franz Resch  
Institut für Medizinische  
Psychologie  
Prof. Dr. phil. Beate Ditzen  
Institut für Psychoziale Prävention  
Prof. Dr. phil. Svenja Taubner

#### **ProHEAD Team Heidelberg**

Thibautstraße 6  
69115 Heidelberg  
Tel.: 06221 56-36559  
E-Mail: heidelberg@prohead.de



## Ablauf

Insgesamt werden 15.000 Schülerinnen und Schüler in ganz Deutschland an ProHEAD teilnehmen. In der Region werden es 4.000 Schülerinnen und Schüler sein. Als erstes benötigen wir Informationen darüber, wie es Kindern und Jugendlichen in Deinem Alter 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. Das ergibt sich aus den Angaben, die Du bei der ersten Fragebogenuntersuchung machst. Innerhalb der Programme werden dann alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer zufällig unterschiedlichen Gruppen zugeteilt. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer wird in jedem Fall an einem Programm teilnehmen, das zu seinen oder ihren Ergebnissen aus der Befragung passt. Ob Du die Programme nutzt, entscheidest allein Du, es gibt keinen Zwang.

In den verschiedenen Programmen geht es um 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 Einheiten verschiedene Strategien, wie sie erfolgreich mit Stress umgehen können. Die Module beinhalten unter anderem Informationen und Übungen zu den Themen Stressvorsorge, Problemlösen und Entspannungstechniken.
- Gruppe 2. Die Schülerinnen und Schüler erhalten in einem internetbasierten Programm in 8 Einheiten 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 das 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 online Informationen, woran man eine Depression erkennt.

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 einem kurzen Online-Programm Rückmeldung zu ihren Trinkgewohnheiten und zu möglichen Gefahren. Sie werden darin bestärkt, weniger oder gar keinen Alkohol zu trinken und lernen, wie sie das schaffen können.
- Gruppe 2. Die Schülerinnen und Schüler berichten zusätzlich zum Online-Programm wöchentlich in einer kurzen Online-Befragung über ihr Trinkverhalten. Sie erhalten eine SMS, um an der Befragung teilzunehmen.
- Gruppe 3. Die Schülerinnen und Schüler berichten zusätzlich zum Online-Programm wöchentlich in zwei kurzen Online-Befragungen über ihre Trinkabsichten und ihr Trinkverhalten und erhalten eine Rückmeldung dazu. Schülerinnen und Schüler erhalten eine SMS, um an den Befragungen teilzunehmen.
- Gruppe 4. Die Schülerinnen und Schüler erhalten Online-Informationsmaterial, das über Gefahren 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 von Hilfsangeboten für psychische Probleme vermerkt sind, die sich in der Nähe befinden.

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

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

Wie viel Zeit Du für die Teilnahme an der Studie brauchst, kann sich zwischen den einzelnen Programmen unterscheiden. Bei den meisten sind es jedoch höchstens 90 Minuten in der Woche und oft kannst Du auch selbst bestimmen, wie viel Zeit Du Dir für die Programme nehmen möchtest.

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

Durch die Teilnahme an der Studie erhältst Du Zugriff auf Online-Programme, die Deine seelische Gesundheit verbessern können. Diese Programme wurden von Experten entwickelt und geben Dir 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 Hamburg-Eppendorf 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 Auswertung, 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>

\*Pseudonymisierung bedeutet Verschlüsselung von Daten ohne Namensnennung nur mit Nummern codiert. Die Zuordnung der Daten zu einer Person ist nur möglich, wenn hierfür der Schlüssel eingesetzt wird, mit dem die Daten pseudonymisiert wurden. Enthalten E-Mail-Adresse oder gewählter Benutzername den echten Namen, 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. Dafür kannst Du Dich gerne an das Studienzentrum (Tel: 06221 5636559) wenden.

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

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Michael Kaess'.

Prof. Dr. M. Kaess  
Studienleiter

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'S. Bauer'.

PD. Dr. Stephanie Bauer  
Studienleiterin

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'S. Bonnet'.

Dr. Sabrina Bonnet  
Studienkoordinatorin