



Projektleitung:

Prof. Dr. Birgit Wagner

Professur für Klinische Psychologie und
Verhaltenstherapie

birgit.wagner@medicalschooll-berlin.de

Projektkoordination:

Laura Hofmann

Laura.hofmann@medicalschooll-berlin.de

Studieninformation

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

wir freuen uns, dass Sie an unserem Programm „Hilfe für Angehörige“ teilnehmen möchten. Sich um eine nahestehende Person zu sorgen, kann eine große Belastung für Angehörige darstellen. Häufig fühlen sich Betroffene mit ihren Sorgen alleine und sind im Umgang mit ihren Angehörigen überfordert oder unsicher. Mit unserem Programm möchten wir Sie dabei unterstützen mit Ihren Sorgen umzugehen und Ihre nahestehende Person zu unterstützen. Das Online-Programm wird von einer wissenschaftlichen Studie begleitet. Im Rahmen dieser Studie wird die Wirksamkeit des Programms überprüft. Die Teilnahme an dem Programm setzt eine Teilnahme an der Studie voraus.

Auf den folgenden Seiten erhalten Sie Informationen zu den Zielen und Inhalten des Programms sowie der begleitenden Studie.



Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



INFORMATIONEN ZUM PROGRAMM

Wie ist das Programm aufgebaut?

Das Programm besteht insgesamt aus 4 Modulen. Die Bearbeitung eines jeden Moduls dauert je 25 Minuten. Die Module bestehen aus Folien, Videos und Hörspielen. Am Ende eines jeden Moduls können Sie das erlernte Wissen mit einem Quiz überprüfen. Sie haben außerdem die Möglichkeit eine Informationsbroschüre für Angehörige mit allen Informationen aus dem Programm herunterzuladen. Die folgende Tabelle 1 gibt einen Überblick über die einzelnen Module und ihre Themenschwerpunkte. Das Programm wird von einer wissenschaftlichen Studie begleitet. Das bedeutet, dass Sie gebeten werden, einige Online-Fragebögen auszufüllen. Weitere Informationen zu der Studie finden Sie auf Seite 4.

Tabelle 1: Themen der einzelnen Module

Nr	Modul	Inhalt
1	Suizidales Erleben und Verhalten	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Was ist Suizidalität? ▪ Wann können Suizidgedanken und Suizidabsichten auftreten? ▪ Warum sind Männer besonders gefährdet? ▪ Wie erkenne ich, dass jemand suizidal ist?
2	Kommunikation und Umgang	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wie spreche ich eine gefährdete Person an? ▪ Wie baue ich ein Gespräch auf? ▪ Wie kann ich gemeinsam mit der Person Hilfe aufsuchen? ▪ Was mache ich, wenn die Person meine Hilfe ablehnt?
3	Hilfsangebote	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Welche Arten der Unterstützung gibt es? ▪ Was passiert im Rahmen dieser Hilfsangebote? ▪ Was kann ich als angehörige Person tun? ▪ Wann rufe ich die 112?
4	Unterstützung für Angehörige	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wie gehe ich mit meinen eigenen Emotionen um? ▪ Wie kann ich meine Grenzen erkennen? ▪ Wie kann ich gut für mich selbst sorgen? ▪ Wo finde ich für mich selbst Unterstützung?

Wie läuft das Programm ab?

Nach Ihrer Anmeldung werden Sie gebeten einen Online-Fragebogen auszufüllen. Nach dem Ausfüllen des Fragebogens werden Sie einer von zwei Gruppen zugeteilt: Entweder der Sofortbehandlungsgruppe oder der Wartegruppe. Wurden Sie der Sofortbehandlungsgruppe zugeteilt, können Sie sofort mit dem Programm starten. Wurden Sie der Wartegruppe zugeteilt, dürfen Sie nach sechs Wochen Wartezeit mit dem Programm starten. Ihnen entstehen durch die Zuteilung zu den Gruppen keinerlei Nachteile, in beiden Fällen durchlaufen Sie das gleiche Programm. Nachdem Sie für das Programm freigeschaltet wurden, können Sie mit dem ersten Modul starten. Sobald Sie ein Modul abgeschlossen haben, können Sie das nächste Modul beginnen. Die Module sind vertont, das heißt, Sie benötigen ein Gerät mit Lautsprecherfunktion.

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



Was kann ich von dem Programm erwarten?

- Sie lernen, wie Sie Suizidalität erkennen und auf welche Warnsignale sie achten sollten.
- Ihnen werden Strategien vermittelt, wie Sie betroffene Personen ansprechen und ein Gespräch aufbauen sowie gemeinsam Hilfsangebote aufsuchen können.
- Sie lernen was Sie tun können, wenn eine gefährdete Person Hilfe ablehnt.
- Ihnen werden verschiedene Hilfsangebote vorgestellt, wie diese aufgesucht werden und was im Rahmen dieser Angebote passiert.
- Sie werden darüber informiert, was Ihre Rechte als angehörige Person im Rahmen professioneller Hilfsangebote sind.
- Sie erlernen Strategien für den Umgang mit Ihren eigenen Emotionen und wie Sie Ihre eigenen Grenzen erkennen können.
- Wir vermitteln Ihnen Strategien um gut für sich selbst zu sorgen und auf sich zu achten.
- Sie erhalten Informationen zu Hilfsangeboten für Angehörige und wie Sie diese aufsuchen.
- Sie bekommen Antworten auf häufige Fragen, welche sich Angehörige stellen.
- Das Programm kann Sie dabei unterstützen Ideen zu entwickeln, wie Sie mit der Belastung umgehen können.

Was kann ich von dem Programm nicht erwarten?

- Das Programm ist kein Therapieprogramm und kann daher keine Symptome einer psychischen Erkrankung behandeln.
- Das Programm bietet keine akute Hilfe in Krisensituationen an.
- Auch wenn das Programm viele Informationen zu Suizidalität sowie zu Anzeichen und Warnsignalen vermittelt, zeigen manche Personen vollkommen andere Anzeichen oder auch wenige bis keine Anzeichen. Das Programm ist keine Garantie dafür, dass Sie suizidale Absichten bei anderen Personen immer erkennen können.
- Es werden keine Ziele angestrebt, die enorm schwer zu erreichen sind, wie z.B. „Ich kann so gut für die betroffene Person da sein, dass es ihm bald wieder gut geht.“ Es geht darum, die Person zu unterstützen, professionelle Hilfe ist in den meisten Fällen unerlässlich.
- Das Programm bietet keine Einzelbegleitung dar. Sie bearbeiten die Module selbstständig und ohne therapeutische Begleitung. Sie können sich bei Fragen aber jederzeit an das Studententeam wenden.

INFORMATIONEN ZUR BEGLEITENDEN STUDIE

Was wird in der Studie untersucht und wie wird dabei vorgegangen?

Das Ziel der Studie ist in erster Linie, die Wirksamkeit des Programms zu überprüfen. Dabei interessiert uns die Frage, zu welchem Ausmaß die Betroffenen einen subjektiven Nutzen für sich aus dem Programm ziehen und ob Teilnehmende im Anschluss einen Zuwachs an Wissen und Selbstsicherheit im Umgang mit gefährdeten Personen haben. Bisher gibt es keine spezifischen Programme für Angehörige von Männern in einer (suizidalen) Krise. Aus diesem Grund ist es essentiell, dieses Programm wissenschaftlich zu begleiten und auf seine Wirksamkeit und den Nutzen zu überprüfen.

Zu diesem Zweck wird das Ausmaß des Wissens und des Umgangs mit gefährdeten Personen vor der Teilnahme mit dem Ausmaß des Wissens und des Umgangs mit gefährdeten Personen nach der Teilnahme verglichen.

Um die Kriterien für qualitativ hochwertige wissenschaftliche Studien zu erfüllen, werden die Teilnehmenden zufällig auf zwei verschiedene Gruppen aufgeteilt: entweder in die sogenannte Sofortbehandlungsgruppe oder in die Wartegruppe. Die Teilnehmenden der Sofortbehandlungsgruppe können sofort mit dem Programm beginnen. Die Teilnehmenden der Wartegruppe müssen allerdings sechs Wochen mit dem Beginn des Programms warten. Der Inhalt des Programms ist in beiden Bedingungen genau derselbe. Der Unterschied besteht lediglich in der Wartezeit. Ihnen entstehen keine Nachteile, sollten Sie der Wartegruppe zugeteilt werden.

Die Studie soll außerdem zu der besseren Versorgung von Männern mit Suizidgedanken und Suizidabsichten beitragen, wodurch neue Unterstützungsangebote entwickelt werden oder bestehende Angebote weiter verbessert werden können.

Welchen persönlichen Nutzen habe ich von einer Teilnahme an der Studie?

Im besten Fall erleben Sie eine positive Veränderung im Umgang der gefährdeten Person, können diese unterstützen und zudem besser auf Ihr eigenes Befinden achten. Zum Beispiel dadurch, dass Sie gemeinsam mit der Person Hilfsangebote aufsuchen und dabei jedoch auch Ihre eigenen Grenzen erkennen und beachten.

Welche Risiken nehme ich bei einer Teilnahme an der Studie in Kauf?

Während der Beschäftigung mit den Themen Suizidalität und psychische Belastung kann es vorübergehend zu einer Stimmungsverschlechterung kommen. Diese Stimmungsverschlechterungen sind normal, wenn man sich intensiv mit einem solchen Thema auseinandersetzt, sind in der Regel jedoch nur kurzfristig. Es sind keine Nebenwirkungen oder Verschlechterungen nach Programmende aufgrund der bisherigen Datenlage zu erwarten.

Was bedeutet es für mich, dass das Programm von einer Studie begleitet wird?

Die begleitende Studie ist von sehr wichtiger Bedeutung für das Programm. Sie hat das Ziel, die Wirksamkeit und die Bedeutung des Programms zu überprüfen. Nur wenn das Programm wissenschaftlichen Kriterien für Interventionen standhält, kann es auch weiterverbreitet und noch verbessert werden. Der Rahmen der Studie bzw. ihre Finanzierung durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ermöglicht es auch, dass eine Teilnahme am Programm kostenlos angeboten werden kann.

Für Sie persönlich bedeutet es, dass eine Programmteilnahme mit einigen zusätzlichen Aspekten oder Aufgaben verbunden ist, das betrifft vor allem das Ausfüllen von Fragebögen. Diese sind ein ganz wichtiger Bestandteil der Studie.

Folgende Bereiche werden erfragt:

- Demografische Angaben (z.B. Alter, Geschlecht, Familienstand etc.)
- Informationen zu der Person, um die Sie sich sorgen
- Wissen und Haltung zu dem Thema psychische Belastung und Suizidalität
- Umgang mit Personen mit suizidalem Erleben und Verhalten
- Aktuelle psychische Belastung
- Bewertung des Programms

Alle Fragebögen sind standardisierte Verfahren, die auch in anderen Studien weltweit eingesetzt werden. Dadurch kann die Vergleichbarkeit der Ergebnisse mit den Erkenntnissen internationaler Forschergruppen gewährleistet werden.

Die Fragebögen erfüllen wichtige Funktionen für das Programm:

Bewertung der Wirksamkeit

- Nur wenn Sie detailliert angeben, wie es Ihnen vor einer Teilnahme und danach geht, kann das Programm hinsichtlich seiner Wirksamkeit bewertet werden. Die Auswertung Ihrer Angaben trägt maßgeblich zur Verbesserung des Programms bei.

Qualitätssicherung

- Durch Ihre Rückmeldungen können wir erfahren, wie hilfreich das Programm finden oder ob wir etwas anpassen müssen. Zudem können wir durch die Datenerhebung herausfinden, ob das Programm zu einem Wissenszuwachs beiträgt und angehörige Personen unterstützt.

Freiwilligkeit und Anonymität

Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig. Sie können jederzeit und ohne Angabe von Gründen die Teilnahme an dieser Studie beenden, ohne dass daraus Nachteile entstehen. Die im Rahmen dieser Studie erhobenen oben beschriebenen Daten und persönlichen Mitteilungen werden vertraulich behandelt. So unterliegen alle Projektmitarbeiter:innen der Schweigepflicht. Des Weiteren wird die Veröffentlichung der Ergebnisse der Studie in anonymisierter Form erfolgen, d. h. ohne dass Ihre Daten Ihrer Person zugeordnet werden können. Die Speicherung und Auswertung der Daten erfolgt

Information für Teilnehmende

pseudonymisiert in der Medical School Berlin, unter Verwendung eines Codes und ohne Angabe eines Namens. Es existiert eine Kodierliste auf Papier, die den Code und Ihren Namen verbindet. Diese Kodierliste wird datenschutzkonform aufbewahrt und ist nur den Projektmitarbeiterinnen zugänglich. Nach Abschluss der Datenerhebung wird diese Kodierliste vernichtet. Ihre Daten sind dann anonymisiert. Damit ist es niemandem mehr möglich, die Daten mit Ihrem Namen in Verbindung zu bringen. Bis zur Anonymisierung können Sie jederzeit die Löschung Ihrer Daten verlangen. Nach der Vernichtung der Kodierliste kann Ihr Datensatz nicht mehr identifiziert werden und auch nicht mehr gelöscht werden.

Gibt es Kosten oder eine Entschädigung bei einer Teilnahme am Programm?

Nein. Die Teilnahme ist für Sie kostenfrei. Es gibt keine finanzielle Entschädigung bei Studienteilnahme.

Umgang mit Krisen

Das Programm eignet sich nicht für Menschen in einer akuten Krise. In einem solchen Falle bitten wir Sie, sich umgehend an Ihren Hausarzt/ Ihre Hausärztin oder den regionalen Krisendienst zu wenden. Die Telefonseelsorge (www.telefonseelsorge.de) ist rund um die Uhr erreichbar unter der Tel. 0800/111 0 111 oder 0800/111 0 222.

Alternativ wenden Sie sich an die international geltende Notrufnummer 112.

VON DER ANMELDUNG ZUR TEILNAHME

1. Anmeldung

- Bei Interesse an einer Teilnahme, registrieren Sie sich bitte direkt auf der Website www.hilfe-fuer-angehoerige.de

2. Einverständnis

- Sie erhalten von uns eine Einverständniserklärung per Mail zugesendet. Lesen Sie sich die vorliegenden Informationen über eine Teilnahme aufmerksam durch.
- Entscheiden Sie dann in Ruhe, ob Sie an dem Programm teilnehmen möchten. Wenn Sie sich für eine Teilnahme entschieden haben, senden Sie uns bitte die unterschriebene und ausgefüllte Einverständniserklärung per Mail an kontakt@hilfe-fuer-angehoerige.de

3. Fragebögen

- Sobald wir die unterschriebene Einverständniserklärung von Ihnen erhalten haben, werden wir Sie bitten einen Online-Fragebogen auszufüllen (ca. 45 Minuten).

4. Gruppenzuteilung

- Sie werden entweder der Sofortbehandlungsgruppe oder der Wartegruppe zugeteilt.
- Wenn Sie der Sofortbehandlungsgruppe zugeteilt werden, können Sie sofort mit dem Programm beginnen und haben 6 Wochen Zeit das Programm zu beenden.
- Wenn Sie der Wartegruppe zugeteilt werden, beginnen Sie 6 Wochen später mit dem Programm.

5. Das Programm

- Sie können das Programm in Ihrem eigenen Tempo bearbeiten.
- Jedes Modul dauert etwa 20-25 Minuten.

6. Weitere Fragebögen

- Da wir erfahren möchten, wie Ihnen das Programm geholfen hat, werden wir Sie zu weiteren Befragungen einladen.
- Sofortbehandlungsgruppe: Direkt nach Beendigung des Programms sowie 3 Monate danach.
- Wartegruppe: Nach der 6-wöchigen Wartezeit, nach Beendigung des Programms sowie 3 Monate danach

KONTAKTDATEN

Wenn Sie Fragen zu dem Programm oder der Studie haben oder wenn Sie an dem Programm teilnehmen möchten, dann wenden Sie sich gerne an Laura Hofmann (kontakt@hilfe-fuer-angehorige.de).

Studienleitung

Prof. Dr. phil. Birgit Wagner

Professur für Klinische Psychologie & Psychotherapie – Verhaltenspsychologie

Medical School Berlin

Rüdesheimer Straße 50

14197 Berlin

birgit.wagner@medicalschooll-berlin.de

Projektkoordination

Laura Hofmann

Medical School Berlin

Rüdesheimer Straße 50

14197 Berlin

laura.hofmann@medicalschooll-berlin.de



Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



INFORMATIONEN ZUM DATENSCHUTZ

Wir halten uns an die Europäische Datenschutzgrundverordnung (DSGVO), die vorschreibt, wie wir mit persönlichen Informationen umgehen müssen. Ihre personenbezogenen Daten verarbeiten wir auf Grundlage Deiner Einwilligung (Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. a DSGVO).

Während des Programms kennen nur die Projektkoordinator:innen Ihre Namen, um Sie persönlich ansprechen zu können. Die erhobenen Daten sind durch den Code pseudonymisiert (=nicht zuordenbar). Es existiert eine Kodierliste auf Papier, die Ihren Namen sowie die E-Mail-Adresse mit diesem Code verbindet (=pseudonymisiert, weil durch diese Liste zuordenbar). Die Kodierliste ist nur der Studienleitung und der Studienkoordinatorin zugänglich. Das heißt, nur diese beiden Personen können die erhobenen Daten mit Ihren Namen und Kontaktdaten in Verbindung bringen. Die Kodierliste wird in einem abschließbaren Schrank aufbewahrt und nach Abschluss des Projektes direkt vernichtet. Die Daten sind dann nicht mehr pseudonymisiert, sondern vollständig anonymisiert. Damit ist es niemandem mehr möglich, die erhobenen Daten mit Ihrem Namen und Ihren Kontaktdaten in Verbindung zu bringen. Die anonymisierten Daten werden 10 Jahre lang gespeichert. Solange die Kodierliste existiert, können Sie die Löschung aller erhobenen Daten verlangen. Ist die Kodierliste aber erst einmal gelöscht, können wir nicht mehr herausfinden, welche Daten aus der Online-Befragung zu Ihnen gehören. Deshalb können wir dem Verlangen nach Löschung der Daten nur solange nachkommen, wie die Kodierliste existiert.

Die anonymisierten Daten (ohne Namen oder andere persönliche Daten) können anschließend an andere Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen weitergegeben werden, die auch etwas auswerten möchten. Keiner kann aber nachvollziehen, welche Daten zu Ihnen gehören oder dass Sie an dieser Studie teilgenommen haben.

Im Rahmen Ihrer Teilnahme erfolgen insgesamt drei Online-Befragungen. Sie erhalten zu folgenden Zeitpunkten einen Online-Fragebogen: Personen in der Sofortbehandlungsgruppe erhalten direkt nach Registrierung, nach der Teilnahme und drei Monate später einen Online-Fragebogen. Personen in der Wartekontrollgruppe erhalten direkt nach der Registrierung, nach der dreiwöchigen Wartezeit sowie nach Beendigung des Programms einen Online-Fragebogen. Den Link zu dem Fragebogen erhalten Sie direkt auf Ihre bei der Registrierung angegebene E-Mail-Adresse. In der E-Mail werden Sie mit dem bei der Registrierung angegebenen Namen angeschrieben. Sie erhalten dann einen Link, welcher Sie direkt an die Plattform Unipark weiterleitet.

Unipark ist für uns im Rahmen einer Auftragsverarbeitung gem. Art. 28 DSGVO als Dienstleister tätig. Unipark verarbeitet die erhobenen Daten ausschließlich in unserem Auftrag zur Durchführung der Umfrage. Eine weitere Nutzung der Daten durch Unipark sowie eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Auch eine Speicherung der von Unipark erhobenen Daten zusammen mit anderen personenbezogenen Daten des Teilnehmers der Umfrage findet nicht statt. Weitere Informationen zur Verarbeitung von

Information für Teilnehmende

Daten durch Unipark sowie zum Datenschutz im Zusammenhang mit Unipark finden Sie unter:
<https://www.unipark.com/datenschutz/>

Im Hinblick auf die Verarbeitung Ihrer persönlichen Daten haben Sie folgende Rechte:

- das Recht auf Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten persönlichen Daten gem. Art. 15 DSGVO;
- ggfs. das Recht auf Berichtigung unrichtiger oder Vervollständigung richtiger Ihrer bei uns gespeicherten persönlichen Daten gem. Art. 16 DSGVO;
- das Recht auf Löschung und Vergessenwerden Ihrer bei uns gespeicherten persönlichen Daten gem. Art. 17 DSGVO;
- das Recht auf Einschränkung bzw. Sperrung der Verarbeitung Ihrer persönlichen Daten gem. Art. 18 DSGVO;
- ggfs. das Recht auf Datenübertragbarkeit gem. Art. 20 DSGVO;
- das Recht auf Widerspruch gegen die Verarbeitung Deiner personenbezogenen Daten gem. Art. 21 DSGVO;
- das Recht auf Widerruf Deiner Einwilligung gem. Art. 7 Abs. 3 DSGVO;
- das Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde gem. Art. 77 DSGVO.

Unser Datenschutzbeauftragte ist zudem für Rückfragen erreichbar unter:

MSB-Datenschutzbeauftragter
MSB Medical School Berlin
Rüdesheimer Str. 50, 14197 Berlin
Telefon: 030 76 68 37 5 600
E-Mail: datenschutz@medicalschooll-berlin.de