

WER KANN TEILNEHMEN?

EINE STUDIENTEILNAHME IST MÖGLICH, WENN SIE...

- mindestens 18 Jahre alt sind,
- einen Internetzugang und deutsche Sprachkenntnisse,
- einen Body Mass Index (BMI) ab 30 kg/m²,
- Anzeichen psychischer Belastung (wie zum Beispiel depressive Symptome) haben,
- aktuell nicht in psychotherapeutischer Behandlung sind
- und entweder keine Medikamente wegen psychischer Belastung einnehmen oder sich deren Dosierung seit mindestens 6 Wochen nicht verändert hat.

Wir prüfen mit einem kurzen Auswahlfragebogen vorab, ob Sie an der Studie teilnehmen können.

WIE HOCH IST MEIN AUFWAND?

- Sie füllen schriftlich zwei Fragebögen zu Beginn der Studie sowie zwei Monate danach aus (Dauer ca. 45–60 Minuten pro Fragebogen). Diese können Sie kostenfrei an die Universität Leipzig zurücksenden.
- Sie bekommen vollständigen Zugang zu dem Online-Programm, welches aktuell nur im Rahmen der Studie zugänglich ist. Sie können das Programm nach Ihren individuellen Vorstellungen und zeitlich flexibel nutzen.

-  Für Ihre Studienteilnahme erhalten Sie eine Aufwandsentschädigung von 40,00 € (inkl. MwSt.). Die Teilnahme ist deutschlandweit möglich.

Diese Pilotstudie dient der Vorbereitung einer Folgestudie, in der wir die Wirksamkeit des Online-Programms untersuchen werden. Wir können mithilfe Ihrer Rückmeldungen mögliche technische Probleme beheben und Anpassungen im Online-Programm vornehmen. Wir testen zudem, ob die Studienunterlagen gut verständlich sind. **Wir freuen uns, wenn Sie uns dabei unterstützen!**

KONTAKT

SIE INTERESSIEREN SICH DAFÜR, AN UNSERER STUDIE TEILZUNEHMEN?

Falls Sie teilnehmen möchten oder weitere Informationen wünschen, wenden Sie sich bitte an:

Antonia Buß, M.A., Wissenschaftliche Mitarbeiterin
Telefon: 0341 97–15 482 | Fax: 0341 97–24 569
E-Mail: aktivplus@medizin.uni-leipzig.de



Studienleitung: Prof. Dr. rer. med. Margrit Löbner,
W2-Professur für Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt
Institutsleitung: Prof. Dr. med. Steffi G. Riedel-Heller, MPH

WER FÜHRT DIE STUDIE DURCH?

Die Studie wird durch das Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) der Universität Leipzig durchgeführt und durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) finanziell gefördert. Der Studienzeitraum beläuft sich insgesamt auf fünf Jahre. Ein positives Votum der Ethikkommission der Universität Leipzig liegt vor.

Gefördert durch:

Förderkennzeichen: 01GY2108)



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

IMPRESSUM

Universität Leipzig – Medizinische Fakultät
Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP)
Philipp-Rosenthal-Str. 55 | 04103 Leipzig
T +49 (0)341 97–15 481 | F +49 (0)341 97–24 569
Illustrationen: © Universität Leipzig



UNIVERSITÄT
LEIPZIG

Medizinische Fakultät

Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP)



Wissenschaftliche Studie

NEUES ONLINE-PROGRAMM

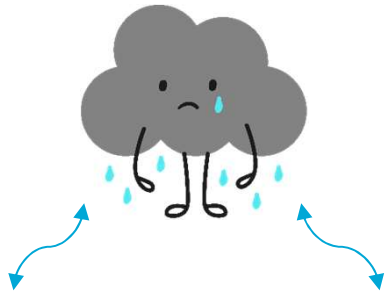
STÄRKUNG DER
PSYCHISCHEN GESUNDHEIT
BEI MENSCHEN MIT ADIPOSITAS

SELBSTHILFESTÄRKENDE ONLINE-PROGRAMME

Am Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) der Universität Leipzig wird aktuell die Studie **@ktivPLUS** durchgeführt.

In dieser wurde eine Unterstützungsmöglichkeit entwickelt, welche sich speziell an Menschen mit Adipositas richtet. Dieses soll nun wissenschaftlich überprüft werden.

Adipositas und psychische Gesundheit sind eng miteinander verbunden.



Menschen mit Adipositas erleben häufig auch Veränderungen in ihrer psychischen Gesundheit. Ihre Stimmung verschlechtert sich beispielsweise oder sie haben weniger Lust, etwas zu unternehmen.

Ebenso können Menschen, bei denen sich die psychische Gesundheit verschlechtert, Veränderungen ihres Gewichts erleben. Es kann vorkommen, dass sie zunehmen.

Menschen mit Adipositas erhalten nicht immer die Unterstützung, die sie brauchen und wollen, damit sie selbst etwas zur Verbesserung ihrer psychischen Gesundheit tun können. Hier setzt die Studie @ktivPLUS an.

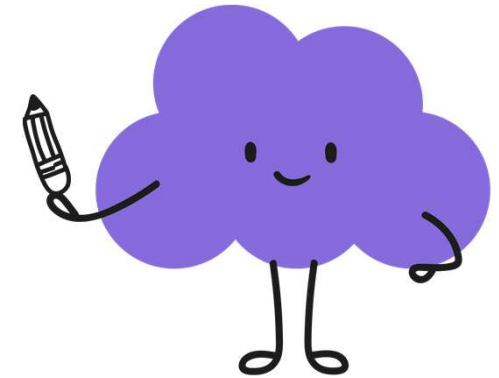
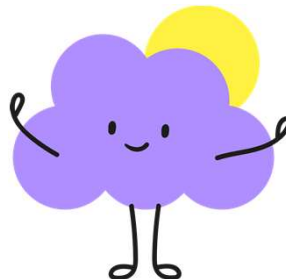


UNSER NEUES ONLINE-PROGRAMM

Wir haben am Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) der Universität Leipzig innerhalb der Studie **@ktivPLUS** ein interaktives Online-Programm zur Verbesserung des psychischen Wohlbefindens bei Menschen mit Adipositas neu entwickelt.

Das Studienteam der Universität Leipzig setzt sich aus Expertinnen und Experten aus den Bereichen Psychologie, Psychotherapie, Psychiatrie, Gesundheitswissenschaften und Soziologie zusammen. Menschen mit Adipositas sowie Expertinnen und Experten aus der Gesundheitsversorgung wurden in die Entwicklung eingebunden.

Das Online-Programm kann eingesetzt werden, um Ihre psychische Gesundheitskompetenz zu stärken. Zudem kann es universell eingesetzt werden, wenn Sie sich gesund fühlen und vorbeugend hilfreiche Strategien zur Aufrechterhaltung und Förderung Ihrer psychischen Gesundheit erlernen möchten.



WARUM SOLLTE ICH AN DER STUDIE TEILNEHMEN?

Sie bekommen im Rahmen unserer wissenschaftlichen Studie Gelegenheit, das Online-Programm vorab kennen zu lernen und zu testen.

Es bietet Hilfe zur Selbsthilfe, indem es nützliche Tipps und Anregungen für einen besseren Umgang mit psychischen Belastungen, Stress und Anspannung vermittelt. Zudem vermittelt es Strategien, was Sie selbst zur Verbesserung der Stimmung tun können. Es besteht aus 14 Modulen, aus denen Sie frei auswählen können, was Sie bearbeiten möchten. Sie können das Online-Programm in einer selbstgewählten Geschwindigkeit und so intensiv, wie Sie möchten, flexibel nutzen.

Das Online-Programm kann selbstständig und auch in Ergänzung zu anderen Versorgungsangeboten genutzt werden. Es dient ausschließlich der Förderung der Selbsthilfe und des Selbstmanagements. Es bietet keine Begleitung durch ärztliche oder therapeutische Ansprechpersonen, sondern wird eigenständig genutzt.

Die Ergebnisse von **@ktivPLUS** sollen einen Beitrag zu einer verbesserten Versorgung von Menschen mit Adipositas leisten.

Durch Ihre Teilnahme können Sie dieses wichtige Anliegen unterstützen!