

Jugendliche in Not im WorldWideWeb nicht allein lassen: Bundesweite Studie untersucht, wie Schülerinnen und Schüler mit psychischen Problemen im Internet die richtige Hilfe finden

Rund 15.000 Jugendliche ab zwölf Jahren können in Kooperation mit ihren Schulen teilnehmen /Online-Hilfe bei Problemen wie Anzeichen von Depressionen, Essstörungen, Alkoholmissbrauch sowie zur allgemeinen Gesundheitsförderung/ Psychisch auffällige Jugendliche werden angeleitet, sich professionelle Hilfe zu suchen

Rund 15.000 Teilnehmer, fünf Standorte bundesweit, 3,3 Millionen Förderung durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) – die jetzt startende Studie „ProHEAD“ ist die bundesweit bislang größte und umfassendste wissenschaftliche Untersuchung zu Online-Hilfsangeboten im Internet für Jugendliche. Geleitet und koordiniert wird das Projekt von Prof. Dr. Michael Kaess und seinem Team von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie des Universitätsklinikums Heidelberg. Beteiligt sind weitere Abteilungen des Universitätsklinikums Heidelberg (Forschungsstelle für Psychotherapie; Leitung: PD Dr. Stephanie Bauer) sowie Partner der Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf und Leipzig, der Universität Marburg, des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit in Mannheim sowie der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd.

„ProHEAD“ steht für: „Promoting Help-seeking using E-technology for Adolescents“ – zu Deutsch: „Förderung des Hilfesuchverhaltens von Kindern und Jugendlichen durch den Einsatz neuer Medien“ – und genau darum geht es: Wie müssen Internetseiten zu Depressionen, Essstörungen oder Alkoholmissbrauch aufgebaut sein, damit sie betroffenen Schülerinnen und Schülern wirklich helfen? Und wie kann man über ein Internetportal bereits erkrankte junge Menschen dazu bewegen, sich aktiv professionelle Hilfe zu suchen?

Suchmaschinen im Internet: häufig die ersten, aber nicht die besten Ansprechpartner

Psychische Erkrankungen sind ein häufiges gesundheitliches Problem bei Kindern und Jugendlichen. Nahezu die Hälfte junger Menschen ist im Laufe des Heranwachsens von Symptomen psychischer Probleme wie zum Beispiel Essstörungen, gefährlichem Alkoholkonsum oder depressiven Syndromen betroffen, die wenigsten von ihnen erhalten eine professionelle Behandlung. Besonders junge Betroffene suchen häufig zunächst Unterstützung bei nahestehenden Personen oder informieren sich ausschließlich über das Internet, weil es anonym, zu jeder Tages- und Nachtzeit ansprechbar und auch für Jugendliche in ländlichen Regionen gut erreichbar ist. „Die Gründe für mangelndes Hilfesuchverhalten in dieser Altersgruppe sind vielfältig. Häufige Barrieren sind Vorurteile, Scham, fehlende Informationen und Skepsis gegenüber den Möglichkeiten professioneller Hilfe“, fasst Projektleiter Prof. Dr. Michael Kaess zusammen. Dabei wäre es wichtig, früh einzuschreiten, so der Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie. „Eine möglichst frühzeitige Erkennung und die anschließende professionelle Behandlung psychischer Probleme verbessert die psychische Verfassung des Jugendlichen, vermeidet eine Chronifizierung und kann die Kosten im Gesundheitswesen reduzieren“. Was noch hinzukommt: Nicht alle Internetseiten, die junge Menschen mit Problemen aufsuchen, sind empfehlenswert – so gibt es auch Homepages, die

beispielsweise Essstörungen sogar eher fördern können.

Welche Art von Online-Hilfsangeboten ist wirkungsvoll?

Das Forschungsprojekt möchte die Jugendlichen dort abholen, wo sie sich heutzutage häufig aufhalten – im Internet. Ziel der Studie sind die Entwicklung, Umsetzung und der Praxistest von Online-Programmen, die das Hilfesuchverhalten von Jugendlichen mit psychischen Problemen fördern, bei gefährdeten Jugendlichen die Symptome reduzieren und Jugendlichen ohne Auffälligkeiten allgemeine Tipps zur Förderung der psychischen Gesundheit geben. Die Teilnahme ist für die Schülerinnen und Schüler freiwillig, die Angaben unterliegen dem Datenschutz. Vom 1. November an werden bundesweit die ersten Schulen in das Projekt einsteigen. Der erste Schritt ist für die Jugendlichen das Ausfüllen eines Fragebogens am PC, was circa 90 Minuten dauert. Auf Basis der Ergebnisse werden die Jugendlichen in die drei Gruppen „Jugendliche mit Verdacht auf eine psychische Erkrankung“, „Jugendliche mit erhöhtem Risiko“ oder „Gesunde Jugendliche“ eingeteilt.

„Innerhalb dieser Programme erfolgt eine zufällige Zuteilung zu unterschiedlichen Interventions-Gruppen, um herauszufinden, welche Art von onlinebasierten Hilfsangeboten besonders wirkungsvoll ist bzw. auf welche Weise Betroffene dazu bewegt werden können, sich professionelle Hilfe zu suchen“, sagt Prof. Dr. Michael Kaess. Nach einem und dann noch einmal nach zwei Jahren wird erneut ein Fragebogen ausgefüllt, um zu erfahren, wie erfolgreich die verschiedenen Angebote waren. Während einige Programme rein automatisiert ablaufen, werden andere von Experten betreut, die beispielsweise in Chats auch individuelle Fragen beantworten. Die Online-Angebote sollen professionelle und persönliche Unterstützung keinesfalls ersetzen, sondern Jugendliche darin bestärken, sich Hilfe zu suchen. „Uns ist besonders wichtig, dass im Rahmen des Projekts alle Schülerinnen und Schüler Zugriff auf Online-Angebote zur Förderung der psychischen Gesundheit und zur Prävention psychischer Erkrankungen haben. Dadurch haben alle – zugeschnitten auf ihre Bedürfnisse – die Möglichkeit, auf einfachem Weg etwas für ihr Wohlergehen zu tun“, so Projektleiter Prof. Michael Kaess.

Weitere Informationen

<http://www.prohead.de/>

<https://www.klinikum.uni-heidelberg.de/ProHEAD.143526.0.html>