

Mentale Belastung von Studierenden während der Corona-Pandemie

Robert-Enke-Stiftung unterstützt HHU-Forschungsprojekt und -Start-up

Die Arbeitsgruppe des Psychologen Prof. Dr. Reinhard Pietrowsky von der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf (HHU) hat zusammen mit dem aus der HHU ausgegründeten Start-up Elona Health ein Interventionsprogramm entwickelt, das sich an Studierende mit ersten Anzeichen einer Depression oder Angststörung richtet. Das Projekt, in dessen Rahmen eine digitale Gesundheitsanwendung entwickelt wurde, wird von der Robert-Enke-Stiftung gefördert.

Verschiedene Krankenkassen haben seit Beginn der Corona-Pandemie ermittelt, dass gerade junge Menschen durch die einschränkenden Maßnahmen mental belastet sind. Ein Team vom Institut der Klinische Psychologie der HHU um Prof. Pietrowsky hat zusammen mit dem aus der Arbeitsgruppe ausgegründeten Start-up Elona Health ein digital-gestütztes Therapieprogramm entwickelt, um belastete Studierende zu unterstützen.

Das Programm besteht aus einer Verhaltenstherapie mit Psychotherapeutinnen und -therapeuten – die teils an der HHU in der Ausbildung sind – und der von dem Start-up entwickelten, begleitenden „Elona-App“. Der Ansatz basiert auf jüngsten Forschungsergebnissen der sogenannten „verzahnten Psychotherapie“ und soll Depressions- und Angstsymptome reduzieren.

Elona bietet dabei über 400 multimediale Übungen, Interventionen und psychoedukative Inhalte, die die ambulante Verhaltenstherapie unterstützen und intensivieren können. Somit soll es den Betroffenen leichter fallen, die Inhalte aus der Therapie in den Alltag zu übertragen. Gleichermäßen erleichtert sie auch die Therapieplanung für Behandlerinnen und Behandler und stellt alle bekannten Inhalte in einer Anwendung zur Verfügung.

Prof. Pietrowsky zu dem Projekt: „Dank der Unterstützung durch die Robert-Enke-Stiftung können wir den Studierenden in der Region Düsseldorf nun ein Programm bereitstellen, welches gerade mit Blick auf die vierte Corona-Welle und den nahenden Winter vielen Betroffenen zur Seite stehen kann, um mentalen Belastungen frühzeitig zu begegnen.“

Um die Elona-App auch über die aktuelle Düsseldorfer Studie – die noch für Teilnehmende offen ist – hinaus in die Versorgung zu tragen, soll die Anwendung als digitale Gesundheitsanwendung („App auf Rezept“) zugelassen werden. Somit haben Psychotherapeuten in Zukunft die Möglichkeit, Elona ihren Patienten auf Rezept zu verschreiben.

Teresa Enke, Vorstandsvorsitzende der Robert-Enke-Stiftung, betont: „Der Vorstand der Robert-Enke-Stiftung hebt mit der Förderung dieses Forschungsansatzes hervor, dass ein digitales Interventionsprogramm ein geeignetes Instrument ist, um Studierende mit depressiven Symptomen frühzeitig zu behandeln. Die Studierenden werden dabei von fachlich qualifizierten Therapeutinnen und Therapeuten begleitet.“

Weitere Informationen zur Studie, zum Start-up Elona Health und eine Möglichkeit zur Teilnahmeanmeldung finden sich [hier](#).

Robert-Enke-Stiftung

Die Stiftung ist nach dem Fußballnationaltorhüter Robert Enke benannt, der unter schweren Depressionen litt und sich vor zwölf Jahren sein Leben nahm. Die Stiftung setzt sich für die Erforschung und Behandlung von Depressionskrankheiten ein.

Weitere Informationen zur Arbeit der Robert-Enke-Stiftung finden sich [hier](#).