# eHealth-Plattform soll psychische Gesundheit von Jugendlichen verbessern - IMPROVA wird auch in Ulmer Schulen getestet

**Eine digitale Trainingsplattform soll helfen, die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden von Jugendlichen zu stärken. Entwickelt wurde die eHealth-Plattform im internationalen EU-Projekt IMPROVA unter maßgeblicher Beteiligung der Universität Ulm. In einer 18-monatigen Feldstudie, die Ende November startet, wird nun getestet, wie effektiv die Nutzung ist. Für die Evaluation werden Schülerinnen und Schüler sowie Eltern und Lehrkräfte in vier Ländern befragt. Auch zahlreiche Schulen aus dem Raum Ulm sind mit dabei.**

Depressionen und Angststörungen sind unter Jugendlichen weit verbreitet, und die Tendenz ist steigend. Ein internationales Forschungsprojekt, das von der EU im Rahmen von Horizon Europe mit insgesamt sieben Millionen Euro gefördert wird, will hier gegensteuern. Geführt wird das Verbundprojekt von der gemeinnützigen Forschungseinrichtung FSJD-CERCA aus Barcelona. „Das Herz von IMPROVA bildet unsere eHealth-Plattform mit einer Vielzahl an interaktiven Modulen, Werkzeugen und Informationsangeboten rund um das Thema psychische Gesundheit", erklärt Professor Harald Baumeister. Der Leiter der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Ulm führt die Arbeitsgruppe zur Entwicklung der eHealth-Plattform. Daneben ist seine Abteilung auch verantwortlich für die Durchführung der Feldstudie am deutschen Standort. Dazu gehören Schülerbefragungen an weiterführenden Schulen in Ulm und Umgebung. Außerdem werden Eltern und Lehrkräfte befragt. Die Forschenden des IMPROVA-Projekts wollen untersuchen, ob die Nutzung der Plattform die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden der Jugendlichen verbessert. Im Lauf des Novembers starten die wissenschaftlichen Feldstudien in Spanien, Frankreich, Rumänien und Deutschland.

Pro Land sollen rund 3000 Schülerinnen und Schüler der Klassen 7 bis 13 befragt werden. Im Raum Ulm und Umgebung sind bereits 13 weiterführende Schulen beteiligt, 16 sollen es werden. In den nächsten Wochen werden die Eltern informiert und um ihr Einverständnis gebeten. Für die Schülerbefragungen sind über einen Zeitraum von eineinhalb Jahren vier Termine vorgesehen. „Für die Evaluation der Wirksamkeit vergleichen wir eine Interventionsgruppe mit einer Wartelistengruppe, die ein Schuljahr später Zugang zu den Angeboten der IMPROVA-Plattform erhält", erklärt Dr. Ann-Marie Küchler. Die Wissenschaftlerin aus der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie koordiniert die deutsche Feldstudie.

## Der IMPROVA-Ansatz setzt auf Gesundheitskompetenz, Prävention und Entstigmatisierung

Das Besondere: „IMPROVA bietet ein Gesundheitsinstrument, das in das Bildungssystem integriert werden kann. Für Jugendliche, ihre Eltern und Lehrkräfte gibt es eigens zugeschnittene Angebote", so Dr. Rodrigo Antunes Lima, wissenschaftlicher Koordinator von IMPROVA in Barcelona. Im Mittelpunkt steht dabei die Verbesserung der psychischen Gesundheit durch Gesundheitskompetenz, Prävention und Entstigmatisierung. Jugendliche und Lehrkräfte erhalten Zugang zur digitalen Trainingsplattform, die als App- oder Browserversion verfügbar ist und für die Zielgruppen angepasste interaktive Module enthält. Außerdem bietet eine Webseite Jugendlichen, Lehrkräften und Eltern umfassende Infos zum Thema mentale Gesundheit. Für den Schulunterricht gibt es vorbereitete Unterrichtseinheiten zu vielfältigen Fragen: Wie erkenne ich meine Stärken? Wie reguliere ich meine Gefühle? Was hilft mir bei Konflikten oder in Krisen?

Die eHealth-Plattform ist das interdisziplinäre Ergebnis der Zusammenarbeit von internationalen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern aus der Psychologie, der Epidemiologie, der Gesundheitsforschung und Informatik. Das Team um Küchler und Baumeister hat hierfür eng kooperiert mit dem Ulmer Institut für Datenbanken und Informationssysteme von Professor Manfred Reichert, dem Würzburger Medizininformatik-Professor Rüdiger Pryss sowie mit Dr. Rodrigo Antunes Lima von der Fundació privada per a la recerca i la docència Sant Joan de Déu (FSJD-CERCA) in Barcelona.

Von der Teilnahme profitieren auch die Schulen direkt: Lehr- und Schulpersonal stehen umfassende Ressourcen zur Unterstützung des psychischen Wohlbefindens ihrer Schülerinnen und Schüler sowie zur Krisenbewältigung zur Verfügung. Die Schulen erhalten zudem einen anonymisierten Bericht zur Entwicklung der mentalen Gesundheit ihrer Schülerinnen und Schüler über das Schuljahr hinweg. Hinzu kommen auf Anfrage weitere Unterstützungsmöglichkeiten, wie zum Beispiel wissenschaftliche Vorträge zum Thema psychische Gesundheit oder speziell zugeschnittene Angebote für Projektwochen. „Außerdem wird jede Schule durch ein fest zugeteiltes IMPROVA Teammitglied individuell betreut", ergänzt Dr. Ann-Marie

Küchler.

## Pressemitteilung

28.11.2024
Quelle: Universität Ulm

## Weitere Informationen

Prof. Dr. Harald Baumeister
Leiter der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie
Universität Ulm
E-Mail: harald.baumeister(at)uni-ulm.de
Dr. Ann-Marie Küchler
E-Mail: improva(at)uni-ulm.de

- Universität Ulm
- Projekt IMPROVA