

Mach mit!

Dein:e Kinder- und Jugendpsychiater:in hat festgestellt, dass Du bzw. Ihr Kind die digitalen Medien, z. B. Onlinespiele, soziale Netzwerke oder Streamingdienste über die Maßen viel nutzt und hat die Teilnahme an der **Res@t-Studie** empfohlen.

Damit Du bzw. Ihr Kind oder Sie als Sorgeberechtigte: teilnehmen können, muss die Einverständniserklärung zur Studienteilnahme vorliegen.

Wenn Du 15 Jahre alt oder jünger bist, müssen Deine Sorgeberechtigten ebenfalls einverstanden sein.

Die Teilnahme an der Studie ist **freiwillig** und **kostenfrei**. Du kannst Deine Teilnahme jederzeit widerrufen. Du musst dieses nicht begründen, und es entstehen dadurch auch keine Nachteile für Dich. Insbesondere entstehen keine Nachteile für Deine kinder- und jugendpsychiatrische Behandlung.

Bitte scanne den folgenden **QR-Code** und gib den vorgegebenen **Zugangs-Code** ein, um Dein **Einverständnis** für die Studienteilnahme zu geben:



Zugangs-Code:

Bei Fragen zur Res@t-Studie, wende Dich bzw. wenden Sie sich bitte jederzeit an das Team des Studienzentrums – E-Mail an resat@uke.de

Förderung

Die deutschlandweite Wirksamkeitsstudie wird durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses öffentlich gefördert.



Studienleitung



Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Deutsches Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ)

Prof. Dr. Rainer Thomasius
Martinistraße 52 | 20246 Hamburg
Telefon: +49 (0) 40 7410 - 52206
Telefax: +49 (0) 40 7410 - 56571
thomasius@uke.de
www.uke.de/dzskj

Konsortialpartner

Das Projekt wird in Zusammenarbeit mit den folgenden Konsortialpartnern durchgeführt:



Bundesverband für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik in Deutschland e. V.
– Bjoern –



UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein



AOK
Die Gesundheitskasse
AOK Rheinland/Hamburg

BARMER



DAK
Gesundheit
Ein Leben lang



Deutsches Zentrum für
Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters



Informationen zur Studienteilnahme
**Res@t – App-basiertes
Trainingsprogramm**

Ressourcenstärkendes Adoleszenten- und
Eltern-Training bei medienbezogenen Störungen

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Herzlich willkommen bei Res@t!



Res@t umfasst ein App-basiertes Trainingsprogramm zur Stärkung von Fähigkeiten, die dabei helfen können, einen gesunden Umgang mit der Nutzung von digitalen Spielen, sozialen Netzwerken oder Streamingdiensten wiederzuerlangen. Es richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 19 Jahren und ihre Eltern.

Das Training besteht aus **10 Trainingseinheiten**, die wöchentlich in der **Res@t-App** freigeschaltet werden. Jede Trainingseinheit dauert circa 20 Minuten und befasst sich mit einem bestimmten Thema, das mit der Mediennutzung zu tun hat, mit dem Ziel, die Kontrolle über den Medienkonsum zurückzugewinnen. Am Anfang liegt der Fokus auf der Entstehung und Aufrechterhaltung der problematischen Mediennutzung. Danach wird sich auf das Training verschiedener Fähigkeiten konzentriert.

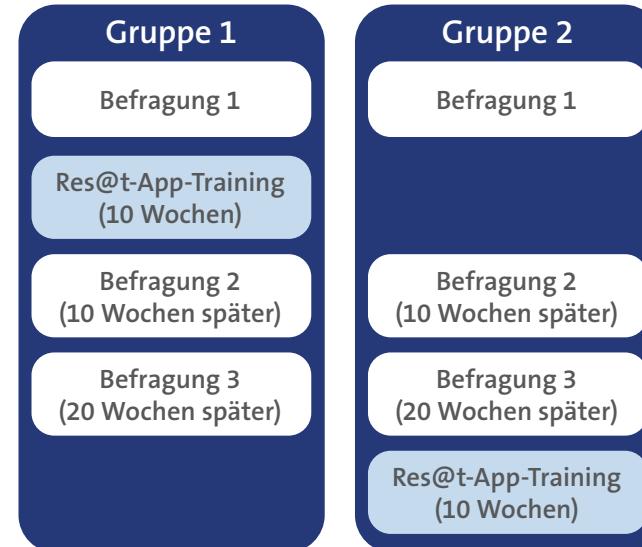
Die Wirksamkeit der **Res@t-App** wird im Rahmen einer deutschlandweiten Studie in kinder- und jugendpsychiatrischen Praxen und Klinikambulanzen untersucht.

Wie funktioniert die Res@t-App?

Im Rahmen der Studie ist die Wirksamkeit der **Res@t-App** zu prüfen. Die Teilnehmenden werden in zwei Gruppen aufgeteilt und beide Gruppen nehmen an **drei digitalen Befragungen** teil.

Für die Teilnahme an den Befragungen gibt es als Aufwandsentschädigung **Online-Gutscheine im Wert von insgesamt 50 Euro**. Die erste Befragung findet gleich nach der Einwilligung statt, die zweite folgt 10 Wochen danach und die dritte weitere 10 Wochen später. Alle Befragungen können selbstständig online über das Smartphone durchgeführt werden.

Teilnehmende in **Gruppe 1** nutzen zwischen der ersten und zweiten Befragung die **Res@t-App**. Teilnehmende in **Gruppe 2** nutzen die **Res@t-App** nach der dritten Befragung. Wer in welcher Gruppe teilnimmt, wird durch die/den ärztlichen Behandler:in bzw. Therapeut:in mitgeteilt.



Sichere Datenverwaltung



Die Befragungen finden über eine **zertifizierte Plattform** (E-Mental-Health-Plattform von Embloom) statt, die zur digitalen Verwaltung von Patient:innendaten mit verschiedenen digitalen Anwendungen zur Unterstützung einer kinder- und jugendpsychiatrischen Behandlung eingesetzt wird.

Sorgeberechtigte können mitmachen

Für Eltern und Sorgeberechtigte gibt es die **Res@t-App für Eltern**, die mit speziellen Inhalten und Übungen zur Unterstützung von Kindern und Jugendlichen mit problematischer Mediennutzung eingesetzt wird. Eltern und Sorgeberechtigte nehmen ebenfalls an drei Befragungen teil und nutzen die **Res@t-App** in demselben Zeitraum, wie das teilnehmende Kind oder der/ die teilnehmende Jugendliche.

