



## **Förderung der psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz: Forschungsstudie**

### **Informationsblatt für Teilnehmer**

Sehr geehrte Teilnehmerin, sehr geehrter Teilnehmer,

Sie und Ihre Kollegen sind eingeladen, an einer Forschungsstudie über ein Interventionsprogramm teilzunehmen, welches auf die Verbesserung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens am Arbeitsplatz abzielt und die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen reduzieren will. Bevor Sie sich für eine Studienteilnahme entscheiden, ist es für Sie wichtig zu wissen, warum die Studie durchgeführt wird und was Ihre Teilnahme beinhalten würde. Bitte nehmen Sie sich daher Zeit, die folgenden Informationen sorgfältig zu lesen. Sprechen Sie uns gerne an, falls Ihnen etwas unklar ist oder Sie weiterführende Informationen wünschen.

#### **Worum geht es in dem Projekt?**

Depression und Angststörungen stellen in Europa die häufigsten psychischen Probleme am Arbeitsplatz dar. Sie verursachen hohes Leiden und kosten die globale Wirtschaft jährlich 1 Trillion Euro durch Produktivitätsverlust. Insbesondere Beschäftigte in kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) sind besonders gefährdet. Die meisten KMU verfügen jedoch nur über begrenzte Kapazitäten zur Förderung der psychischen Gesundheit ihrer Mitarbeiter. Das Projekt zielt darauf ab, die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden zu verbessern und Depressionen und suizidale Gedanken bei Arbeitnehmern und Arbeitgebern von KMU in Europa und Australien zu verringern.

#### **Was ist das Ziel dieser Studie?**

Ziel dieser Studie ist die Untersuchung der Wirksamkeit von Interventionen zur Förderung der psychischen Gesundheit in KMU in neun Ländern. Die Studie wird dazu beitragen, Informationen über den Standard und die Intensität der Durchführung der Interventionen zu sammeln sowie Einblicke in die Perspektiven und Erfahrungen der teilnehmenden Arbeitnehmer und Arbeitgeber zu erhalten. Die Studie bezieht Arbeitnehmer und Arbeitgeber aus KMU der Sektoren Gesundheitswesen, Baugewerbe und Informations- und Kommunikationstechnologie ein, da in diesen Sektoren durch schnellen Wandel, andauernde Unsicherheiten und gesteigerte Herausforderungen im Arbeitsalltag ein erhöhtes Risiko für psychische Belastungen bestehen kann. Ein langfristiges Ziel ist jedoch, das Programm auf alle KMU auszuweiten. In Anbetracht

der potentiellen Auswirkungen der COVID-19 Pandemie auf die Allgemeinheit und im Besonderen auf Menschen mit bestehenden psychischen Problemen, kommt dieses Projekt genau zum richtigen Zeitpunkt.

### **Was würde die Teilnahme an dem Projekt für mich bedeuten?**

Diese Studie stellt eine randomisierte klinische Studie dar. Das bedeutet, dass die Gruppe von Teilnehmern des Interventionsprogramms mit einer Gruppe verglichen wird, die das Programm noch nicht absolviert hat. Der Studienleiter und der Forschungsbeauftragte in Ihrer Region werden eine kurze Einführungsveranstaltung organisieren, um Sie über die Studie zu informieren, Ihre Fragen zu beantworten und Ihnen zu zeigen, wie Sie sich für die Studienteilnahme anmelden können. Sobald Sie sich zur Teilnahme bereit erklärt haben, werden Sie und Ihre Organisation einer von zwei Gruppen zugeteilt: (1) der Interventionsgruppe, der eine evidenzbasierte Online-Intervention zur Förderung der psychischen Gesundheit angeboten wird oder (2) der Wartelistengruppe, der die Online-Intervention nach einem Zeitraum von dreizehn Monaten angeboten wird. Alle Teilnehmer werden schließlich Zugang zu der Online-Intervention erhalten.

Bevor Sie Zugang zum Interventionsprogramm erhalten (oder Ihre Wartezeit beginnt), werden Sie gebeten an einer Befragung teilzunehmen. Die Befragung umfasst Fragen zu Wohlbefinden, Burnout, depressiven Symptomen und suizidalen Gedanken sowie Hilfesuchverhalten. Außerdem werden Sie gebeten, soziodemografische Angaben zu Ihrem Geschlecht, Alter und Familienstand zu machen. Darüber hinaus werden wichtige Informationen über Ihre Arbeit, Beziehung, Familie, Gesundheit und psychische Verfassung erfasst. Die Bearbeitung der Befragung wird etwa 30 Minuten dauern. Nach der ersten Befragung werden wir Sie zwei weitere Male bitten, an einer Befragung teilzunehmen: neun und dreizehn Monate nach der ersten Befragung. Das Ausfüllen der Fragebögen zu diesen Zeitpunkten wird uns helfen, etwaige Veränderungen zu erkennen, die Sie während des Zeitraums dieser Intervention erfahren haben.

Darüber hinaus möchten wir Sie bitten, nach Abschluss der Arbeit mit den Interventionen an einer so genannten Fokusgruppe teilzunehmen. Ziel der Fokusgruppen ist es, Ihnen die Möglichkeit zu geben, uns Ihr ehrliches Feedback zu den Interventionen und Fragebögen zu geben und die Gelegenheit zu nutzen, Ihre Erfahrungen mit anderen Teilnehmern zu diskutieren. Fokusgruppen bestehen aus ca. 8-12 Personen und werden mit anderen teilnehmenden Mitgliedern Ihres Unternehmens abgehalten (Mitarbeiter und Führungskräfte getrennt). Bei den Fokusgruppen erfolgt eine Audioaufnahme, die im Anschluss transkribiert, d.h. verschriftlicht wird. Ihr Name wird in Audio-Transkripten durch einen falschen Namen ersetzt, um Ihre Anonymität zu gewährleisten. Das Audio selbst wird gelöscht, sobald es transkribiert wurde. Aufzeichnungen von Fokusgruppen werden nicht an Dritte an Ihrem Arbeitsplatz weitergegeben. Management und leitende Angestellte können nicht auf Ihre Daten oder die Aufzeichnungen als Ganzes zugreifen. Alle Studienberichte erfolgen über alle Daten, sodass Sie nicht als Einzelperson identifizierbar sind. Anonymisierte Zitate können in zukünftigen Veröffentlichungen verwendet werden. Expert/-innen stellen durch eine sehr sorgfältige inhaltliche Redaktion der Zitate fest, dass diese Ausschnitte wirklich anonym sind. Im Falle einer Online-Teilnahme an einer Fokusgruppe können Sie ihr Video ausschalten und/oder einen anderen Namen angeben, wenn Sie dies wünschen.

## Welchen Nutzen habe ich durch meine Studienteilnahme?

Die angebotenen Interventionen sind evidenzbasiert. Vor diesem Hintergrund wird erwartet, dass sie sowohl für Personen mit als auch ohne klinisch relevante psychische Probleme von Nutzen sind. Aufgrund des Einsatzes evidenzbasierter Interventionen wird eine Verringerung von Stress, Burnout, depressiven und Angstsymptomen sowie eine mögliche Verringerung der Stigmatisierung psychischer Erkrankungen angenommen. Ein psychisches Problem oder Probleme mit der Arbeit müssen nicht bestehen, damit Sie an der Intervention teilnehmen und davon profitieren können. Es wird erwartet, dass Sie durch Ihre Studienteilnahme Ihre psychische Gesundheit verbessern oder aufrecht erhalten. Dies kann sich wiederum positiv auf Ihr allgemeines Wohlbefinden und Ihre Arbeitsleistung auswirken. Neben Materialien für Menschen, die persönlich mit ihrer psychischen Gesundheit zu kämpfen haben, gibt es im Projekt daher auch Materialien zur Stärkung und Aufrechterhaltung des psychischen Wohlbefindens und zur Unterstützung von Kollegen, die unter psychischen Erkrankungen leiden.

Eine individuelle Rückmeldung zu den Ergebnissen Ihrer Studienteilnahme oder den Befragungen ist nicht vorgesehen.

In früheren Projekten hat sich gezeigt, dass die in dieser Studie angebotenen Interventionen positive Auswirkungen auf die psychische Gesundheit haben, ohne dass es zu negativen Folgen kommt. In einer Pilotstudie zu MENTUPP, die im Jahr 2021 durchgeführt wurde, wurden von den Teilnehmern keine unerwünschten oder negativen Effekte berichtet. Im Rahmen der Pilotstudie wurden in einigen Fällen die Forschungsbeauftragten jedoch um die Vermittlung von Hilfen zur psychischen Gesundheit gebeten. Die Unterstützung bei der Suche nach Hilfs- und Behandlungsangeboten kann ein förderlicher Aspekt der Studienteilnahme sein. Negative Auswirkungen auf oder Risiken für die Studienteilnehmer sind gemäß den Erfahrungen aus der Pilotstudie nicht zu erwarten. Durch die Nutzung der Internetplattform MENTUPP Hub und dem Ausfüllen der Fragebögen ist eine kurzfristige Zunahme psychischer Belastung dennoch nicht auszuschließen. Falls Sie als Studienteilnehmer merken, dass diese psychische Belastung zu Beschwerden führt, die länger anhalten, können Sie sich jederzeit an Herrn Prof. Ulrich Hegerl als Studienleitung wenden ([contact@eaad.net](mailto:contact@eaad.net)), sodass wir Ihnen helfen können, Unterstützung zu finden. Ein erhöhtes Risiko, länger anhaltende Verstimmungen oder stärkere psychische Belastung zu erleben, ist aufgrund des präventiven Charakters unserer Intervention jedoch unwahrscheinlich.

Die COVID-19 Pandemie konfrontiert(e) uns mit einer Reihe kurz- und langfristiger Folgen: Am Arbeitsplatz kam es z.B. durch veränderte Arbeitsbedingungen und -anforderungen zu einer möglichen Verstärkung oder Entstehung von Stress und Ängsten. In der Behandlung von Menschen mit psychischen Störungen kam es zu Unterbrechungen und Veränderungen der Versorgung in ihrer Qualität und/ oder Intensität. Das MENTUPP-Projekt möchte KMU daher genau jetzt eine Unterstützung durch geeignete Interventionsinstrumente anbieten, die speziell auf die Linderung von Depressionen und Ängsten sowie auf die Stärkung des psychischen Wohlbefindens und eines förderlichen Arbeitsklimas im Unternehmen ausgerichtet sind.

### **Wie werden meine Informationen verwendet?**

Die von Ihnen zur Verfügung gestellten Informationen werden verwendet, um ein besseres Verständnis der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens zu erlangen, Faktoren zu ermitteln, welche die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden beeinflussen und um den Nutzen des Interventionsprogramms zu bewerten.

Die Ergebnisse der Studie werden in wissenschaftlichen Fachzeitschriften und anderen Quellen wie sozialen Medien und Nachrichten veröffentlicht. Die Ergebnisse werden auf der Grundlage aller gesammelten Daten und nicht auf Basis einzelner Personen berichtet. Diejenigen, die die Datenanalyse durchführen, haben keinen Zugang zu den Namen der Teilnehmer, sodass die Anonymität der Teilnehmer in allen Veröffentlichungen gewährleistet ist.

### **Wird meine Projektteilnahme vertraulich behandelt?**

Sollte eine Projektdurchführung in Präsenz möglich sein, so wird das Kernteam des Projekts vor Ort wissen, dass Sie teilnehmen. Darüber hinaus können Teile der Interventionen an Ihrem Arbeitsplatz stattfinden, z.B. eine Einführungsveranstaltung und Workshops. Alle von Ihnen zur Verfügung gestellten Informationen werden nur für die Zwecke dieses Projekts verwendet. Sollten Sie auf Ihre Daten zugreifen oder eine Löschung Ihrer Daten veranlassen wollen, können Sie sich jederzeit an unser Forschungsteam unter den unten angegebenen Kontaktdaten wenden. Weitere Informationen über die Speicherung und den Schutz Ihrer persönlichen Daten finden Sie in den nachstehenden *Datenschutzhinweisen*.

### **Ihre Teilnahme**

Die Teilnahme ist freiwillig und Sie können sich jederzeit ohne Angabe von Gründen und ohne nachteilige Folgen widerrufen. Die Entscheidung aus dem Projekt auszusteigen hat keinerlei Auswirkungen an Ihrem Arbeitsplatz und kann durch eine Mitteilung an Herrn Prof. Dr. Ulrich Hegerl jederzeit rückgängig gemacht werden.

### **Wer organisiert und finanziert dieses Projekt?**

Das Projekt wird von einem interdisziplinären Konsortium unter der Leitung von Professor Ella Arensman durchgeführt. Prof. Ella Arensman ist leitende Wissenschaftlerin am National Suicide Research Foundation (NSRF) in Irland. Die Studie leitet sie gemeinsam mit Dr. Paul Corcoran, Leiter der Forschungsabteilung der NSRF. Das Projekt wird von der Europäischen Kommission, Horizon 2020, finanziert.

### **Zusätzliche Informationen**

Mir ist bekannt, dass ich mich bei Fragen zu dieser Studie an den oben genannten Forschungsbeauftragten wenden kann. Mir ist bekannt, dass die Studie von der Ethikkommission des Fachbereichs Medizin der Goethe-Universität Frankfurt am Main genehmigt wurde. Sie hat keine Einwände erhoben.

Für weitere Informationen zu diesem Projekt, wenden Sie sich an:

Prof. Dr. Ulrich Hegerl  
Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie  
Universitätsklinikum Frankfurt  
Stiftung Deutsche Depressionshilfe  
Heinrich-Hoffmann-Str. 10  
60528 Frankfurt am Main  
Ulrich.Hegerl@kgu.de

*Dieses Projekt wird durch das Forschungs- und Innovationprogramm „Horizon 2020“ der Europäischen Union im Rahmen der Finanzhilfvereinbarung Nr. 848137 finanziert. Die Verantwortung für präsentiertes Material sowie geäußerte Ansichten liegt ausschließlich bei den Autoren. Die EU-Kommission trägt keine Verantwortung für jegliche Form der Nutzung der dargelegten Informationen.*