



Hast Du Lust Teil eines tollen Projekts für Jugendliche mit einer chronischen Erkrankung zu sein?

Mehr dazu erfährst Du in diesem Video:

<https://cloudstore.uni-ulm.de/s/JeWyLyeMrXmJBGM>





## Was ist COACH?

Eine chronische Erkrankung wie Typ 1 Diabetes, juvenile idiopathische Arthritis oder Mukoviszidose bedeutet für viele betroffene Jugendliche und junge Erwachsene nicht nur eine körperliche Belastung, sondern auch Stress, psychische Belastung und tägliche Herausforderungen im Umgang mit der Erkrankung. Dies kann sich in niedergeschlagenen, sorgvollen oder ängstlichen Gefühlen und Gedanken ausdrücken. Betroffene fühlen sich dann den alltäglichen Herausforderungen nicht mehr gewachsen, ihre Lebensqualität ist eingeschränkt oder sie sind leicht reizbar und unausgeglich. Momentan gibt es noch wenige Ansätze, die sich mit dem psychischen Wohlbefinden von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit chronischen körperlichen Erkrankungen befassen. Deshalb verfolgt das Projekt COACH mit seinen Teilprojekten das Ziel, frühzeitig Belastungen zu erkennen und diese optimal zu behandeln.

### Die Ziele des COACH-Projekts:

Frühzeitiges Erkennen von psychischen Belastungen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit chronischen körperlichen Erkrankungen

Förderung der Motivation und Akzeptanz gegenüber Unterstützungsangeboten bei psychischen Belastungen

Entwicklung und Überprüfung eines Online-basierten Trainings zur Verbesserung des psychischen Befindens

Vertieftes Verständnis bezüglich der Zusammenhänge zwischen den körperlichen Erkrankungen, Belastungen und Lebensumständen

Verbesserung der Gesundheitsversorgung für Jugendliche und junge Erwachsene mit chronischen körperlichen Erkrankungen durch die über das COACH-Projekt zu gewinnenden Erkenntnisse

## Wer steht hinter COACH?

COACH ist ein Verbundprojekt mit sieben Projektpartnern, das über vier Jahre vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert wird. Die Partner verfolgen gemeinsam das Ziel, dass die Versorgung psychischer Belastungen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit chronischen körperlichen Erkrankungen nachhaltig verbessert wird. Dazu tragen 5 Teilprojekte bei:



Die behandelnden Ärzte geben ihren Patienten Fragebögen, um deren psychische Belastung zu erfassen und bei Bedarf zu verbessern. Dies wird unterstützt durch drei große Patientenregister in Deutschland.



Ein Forschungsteam der Universität Potsdam untersucht mit Hilfe eines Online-Fragebogens, welche Stärken und Strategien Jugendlichen im Umgang mit den besonderen Herausforderungen einer chronischen Erkrankung helfen.



In Düsseldorf erforscht ein Team, ob eine spezielle, motivierende Gesprächsführung des Arztes dazu beitragen kann, dass Jugendliche eher psychologische Unterstützung in Anspruch nehmen.



An der Universität Ulm wird ein Onlinetraining entwickelt, das die Jugendlichen unterstützen soll, mit ihren psychischen Belastungen besser umzugehen. Die Wirksamkeit des Programms wird dabei untersucht.



Ein weiteres Team der Universität Ulm untersucht, ob die Ergebnisse des Onlinetrainings in einem angemessenen Verhältnis zu dessen Kosten stehen.

## Wie wird man Teil von COACH?

Du findest die Ideen des COACH-Projekts interessant und würdest gern bei einem Teilprojekt dabei sein? Das freut uns sehr! Für die Teilnahme solltest Du zwischen 12 und 21 Jahren alt sein und an Typ 1 Diabetes, juveniler idiopathischer Arthritis oder Mukoviszidose erkrankt sein. Alles weitere bekommst Du ausführlich von den einzelnen Projekten erklärt.



Wenn Du Deinen nächsten Behandlungstermin bei Deinem Arzt hast, oder gerade aufgrund Deiner chronischen Erkrankung in einer Klinik bist, dann spreche Deinen behandelnden Arzt darauf an. Er wird Dir Informationen darüber geben, welche Projektteilnahme für Dich in Frage kommt. Weitere Informationen findest Du auch auf der Website [www.coach.klips-ulm.de](http://www.coach.klips-ulm.de). Gerne kannst Du auch mit Deinen Eltern darüber sprechen, dass Du teilnehmen möchtest.

Trage dazu bei, dass Jugendliche und junge Erwachsene in Zukunft eine weiterentwickelte und verbesserte Gesundheitsversorgung erhalten – **Dein Beitrag zählt!**