

@ktivPLUS – Entwicklung und Evaluation eines selbsthilfestärkenden Online-Programmes für Menschen mit Adipositas und depressiven Symptomen

Projekttablauf

Arbeitspaket I

Hier werden etablierte Kohortendatensätze (z.B. [LIFE](#)) daraufhin untersucht, welche *Risikofaktoren* für eine Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit bei Erwachsenen mit Adipositas bestehen. Auf dieser Basis soll ein Risikoprofil für den Einsatz in der Gesundheitsversorgung abgeleitet werden.



Arbeitspaket II

In diesem Schritt wird das *selbsthilfestärkende Online-Programm* zur Verbesserung der depressiven Symptomatik bei Menschen mit Adipositas entwickelt. Es wird auf Theorien und Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie basieren. Das theoretische Modell bildet das Intervention Mapping Framework ([Bartholomew, 1998](#)). Die Entwicklung erfolgt unter Einbeziehung von zwei Planungsgruppen mit Menschen mit Adipositas sowie Expert:innen des medizinischen Versorgungssystems.

Arbeitspaket III

Anschließend wird die *Akzeptanz* des Internetprogramms mithilfe von qualitativen Fokusgruppen (mit Menschen mit Adipositas sowie mit Expert:innen des medizinischen Versorgungssystems) überprüft. Die Anregungen der Teilnehmenden dienen als Basis für Anpassungen im Online-Programm. Somit soll die Akzeptanz und Nutzerfreundlichkeit verbessert werden.

Arbeitspaket IV

Zunächst wird das entwickelte Online-Programm mit einer Pilotstudie auf die *Machbarkeit* eines Einsatzes getestet. Teilnehmende Menschen mit Adipositas und depressiven Symptomen erhalten einen Testzugang zum Online-Programm. Außerdem werden die Teilnehmenden jeweils vor und nach dem Programmzugang gebeten, an einer schriftlichen Befragung u.a. zum körperlichen und psychischen Wohlbefinden und zur Bedienbarkeit oder möglichen Barrieren des Online-Programms teilzunehmen.

Arbeitspaket V

Hier wird eine randomisierte kontrollierte Studie (RCT) zur Wirksamkeit des Online-Programms durchgeführt. Teilnehmen können Menschen mit Adipositas und depressiven Symptomen ab 18 Jahren. Diese werden im gesamten deutschsprachigen Raum rekrutiert. Eine Teilnahme ist somit ortsunabhängig möglich. Die Auswahl der Teilnehmenden erfolgt nach Prüfung bestimmter Einschluss- und Ausschlusskriterien. Danach erfolgt eine zufällige Zuteilung in eine Interventionsgruppe (Programm A/Online-Intervention) oder einer Kontrollgruppe (Programm B/Online-Bibliotherapie) zugeteilt. Die Erhebung umfasst zwei Messzeitpunkte: vor dem Zugang (Baseline) und vier Monate später (Follow Up). Ein Langzeit-Follow-Up nach 12 Monaten ist ebenfalls geplant. Die Studienergebnisse sollen die *Wirksamkeit* des neu entwickelten Internetprogramms untersuchen.