

# iCHIMPS

Wusstest Du eigentlich, dass in Deutschland etwa 3-4 Millionen Kinder und Jugendliche mit mindestens einem psychisch erkrankten oder suchtkranken Elternteil aufwachsen?

Krass!

Das ist ja jede vierte Familie!

Ja, genau.

Aber bisher gibt es kaum Unterstützungsangebote für diese Jugendlichen.

Was heißt „bisher“?

Jetzt gibt es ein neues Online-Programm.

Das heißt **iCHIMPS**



ulm university universität  
**uulm**

**Wir suchen Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren mit einem psychisch erkrankten und/oder suchtkranken Elternteil für ein Forschungsprojekt!**



Gemeinsamer  
Bundesausschuss  
Innovationsausschuss

## Was erwartest Dich?

Im Rahmen dieser Vor-Studie durchläufst Du das gesamte Online-Programm. Du bearbeitest **8 spannende Online-Module** mit interessanten Videos und Podcasts. Ein Modul dauert ca. **45 Minuten**.

Du kannst lernen,

- was **psychische Störungen** kennzeichnet
- über **schwierige Themen** zu sprechen
- Deine **Stärken** zu nutzen
- mit **Stress** und starken **Gefühlen** umzugehen
- **Grenzen** zu setzen
- Dich insgesamt **wohler und zufriedener** zu fühlen

Mit Deiner Teilnahme an dieser Vor-Studie hilfst Du uns, das Online-Programm weiter zu verbessern, sodass andere Jugendliche noch besser unterstützt werden können! Deine Teilnahme an der Studie ist **freiwillig und kostenlos**.

## Was ist iCHIMPS?

**CHIMPSNET** 

iCHIMPS ist eines von drei Teilprojekten im Verbundprojekt **CHIMPS-NET** – CHIMPS steht für **“children with mentally ill parents”**, also „Kinder mit psychisch kranken Eltern“.

CHIMPS-NET wird vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf koordiniert. In der groß angelegten Hauptstudie werden verschiedene Versorgungsformen verglichen.



Gemeinsam verfolgen wir das Ziel, die Situation der Kinder und Jugendlichen mit psychisch erkrankten und/oder suchtkranken Eltern zu verbessern.



Das Teilprojekt **iCHIMPS** der Universität Ulm arbeitet an der Entwicklung und Überprüfung eines **Online-Programms** für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren mit einem psychisch erkrankten und/oder suchtkranken Elternteil. Durch iCHIMPS erhalten Jugendliche die Möglichkeit, **ständig und von ihrem PC aus** auf das Programm zuzugreifen.



online

Um das Online-Programm vor der Hauptstudie optimal testen zu können, führen wir aktuell eine **Vor-Studie** durch, für die wir Teilnehmende suchen. Du wirst entweder sofort oder nach zwei Monaten Wartezeit am Programm mitmachen können.



Du möchtest an der Vor-Studie teilnehmen oder hast weitere Fragen? Dann melde Dich bei uns – **wir freuen uns auf Deine Nachricht**.

**ichimps-studie@uni-ulm.de**  
**0731 – 50 32821**

Weitere Informationen findest Du unter [esano.klips-ulm.de/de/trainings/fur-jugendliche/ichimps/#nav-training](https://esano.klips-ulm.de/de/trainings/fur-jugendliche/ichimps/#nav-training)

oder Du scannst direkt den QR-Code.



Bis bald!  
Dein iCHIMPS-Team

M. Sc. Psych. Katja Barck  
katja.barck@uni-ulm.de

M. Sc. Psych. Patrick Dülsen  
patrick.duelen@uni-ulm.de

Prof. Dr. Harald Baumeister

Universität Ulm  
Abteilung für Klinische Psychologie  
und Psychotherapie  
Lise-Meitner-Straße 16  
89081 Ulm