

Warum lohnt sich eine Teilnahme an Vision-Age?



Nehmen Sie aus ganz Deutschland teil – digital, kostenlos und komfortabel von zu Hause aus.



Profitieren Sie von den innovativen, wissenschaftlich aktuellen Gruppeninhalten.



Finden Sie Gemeinschaft und Orientierung in der Gruppe.



Ihre Daten werden im Rahmen eines umfassenden Datenschutzkonzepts streng vertraulich behandelt.



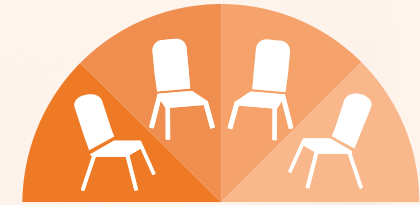
Unser engagiertes Studienteam ist bei jeglichen Fragen für Sie erreichbar.

Wer kann an Vision-Age teilnehmen?

Mit dieser Checkliste können Sie überprüfen, ob eine Teilnahme an Vision-Age für Sie in Frage kommt.

	ja
Ich bin mindestens 68 Jahre alt.	<input type="checkbox"/>
Ich habe depressive Symptome.	<input type="checkbox"/>
Ich bin offen für eine digitale Gruppentherapie.	<input type="checkbox"/>
Ich habe keine Diagnose einer Demenz oder einer leichten kognitiven Störung (MCI).	<input type="checkbox"/>
Ich nehme keine Psychopharmaka oder ich nehme eine stabile Dosis an Psychopharmaka ein.	<input type="checkbox"/>
Ich bin bereit, über einen Zeitraum von 20 Wochen regelmäßig an den wöchentlichen digitalen Gruppensitzungen zu einem festen Termin teilzunehmen (jeweils 100 Minuten inklusive Pause).	<input type="checkbox"/>
Ich habe eine stabile Internetverbindung, eine E-Mail-Adresse und ein passendes Endgerät (Computer, Laptop oder Tablet mit Video- und Mikrofonfunktion).	<input type="checkbox"/>

Wenn Sie alle Fragen mit **Ja** beantwortet haben, können Sie sich gerne zur Teilnahme an der Studie anmelden. Bei Unsicherheiten zu einzelnen Aussagen können Sie sich jederzeit an uns wenden – wir klären dann gemeinsam, ob eine Teilnahme für Sie möglich ist.



VISION-AGE



Kostenlose alterssensible Online-Gruppentherapie ab 68 Jahren zur Behandlung von Depressionen und begleitenden Ängsten

Was ist Vision-Age?

Fühlen Sie sich in Ihrem Alltag oft niedergeschlagen, antriebslos und erschöpft? Dies können Anzeichen einer Depression sein. Oft wird eine Depression auch von Ängsten begleitet. Trotz des hohen Behandlungsbedarfs erhalten ältere Menschen nur selten ein passendes Therapieangebot.

Wir möchten diese Versorgungslücke schließen, mit einem Angebot, das auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert und auf die Bedürfnisse im höheren Lebensalter abgestimmt ist.

VISION-AGE ist eine **wissenschaftliche Studie**, in der wir die Wirksamkeit einer alter(n)sensiblen Online-Gruppentherapie für Menschen ab 68 Jahren zur Behandlung von Depressionen und begleitenden Ängsten untersuchen. Dafür vergleichen wir zwei von Fachleuten angeleitete Gruppenprogramme: eine Psychotherapiegruppe mit einer Diskussionsgruppe. Beide Programme werden im gleichen Umfang und Format angeboten und verfolgen jeweils das Ziel, depressive und ängstliche Symptome zu verringern und das psychische Wohlbefinden zu stärken.

Gestalten wir gemeinsam eine neue Vision des Älterwerdens!

Ausführliche Informationen
finden Sie auf unserer Website:

vision-age.de



Der Ablauf

Anmeldung

Nach der Anmeldung über unsere Website oder telefonisch, werden Sie zu einem digitalen Erstgespräch eingeladen: Wir prüfen gemeinsam, ob Vision-Age ein passendes Angebot für Sie darstellt.

Gruppenprogramm

Bei Teilnahme werden sie zufällig einer Psychotherapie- oder Diskussionsgruppe mit vier Teilnehmenden sowie einer Gruppenleitung zugeteilt. Jede Gruppe trifft sich einmal wöchentlich zu einem festen Termin für eine 100-minütige digitale Sitzung (inklusive Pause) über einen Zeitraum von 20 Wochen.

Einzelkontakte

Zusätzlich erhalten Sie vier Einzelkontakte mit der Gruppenleitung

Wissenschaftliche Begleitforschung

Sie werden durch psychologisches Fachpersonal im Rahmen digitaler wissenschaftlicher Befragungen vor, während und nach Abschluss des Gruppenprogramms über einen Zeitraum von etwa einem halben Jahr begleitet. So möchten wir untersuchen, wie wirksam das Gruppenprogramm ist.

Wenn Sie weiterführende Fragen zur Studie haben oder Interesse an einer Teilnahme bekunden möchten, besuchen Sie gerne unsere Website **vision-age.de** mit integrierter E-Mail-Kontaktfunktion oder melden Sie sich telefonisch bei unserem Studienteam.*

☎ **030 766 8375 3797**



Ausführliche Informationen
finden Sie auf unserer Website:

vision-age.de



Gemeinsame Projektleitung



Prof. Dr. Eva-Marie Kessler
MSB Medical School Berlin
Department Psychologie
Rüdesheimer Str. 50, 14197 Berlin



Prof. Dr. Simon Forstmeier
Universität Siegen
Department Psychologie
Adolf-Reichwein-Str. 2a, 57068 Siegen



Gefördert durch:
die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG)
Projektnummer 544629970

** Die von Ihnen übermittelten persönlichen Daten werden ausschließlich zur weiteren Kontaktaufnahme (z. B. Übermittlung von Informationen oder Beantwortung von Fragen) genutzt und bei ausbleibender Rückmeldung zeitnah gelöscht.*