

HEYLIFE

HEYLIFE- Workshop psychische Gesundheit

Stufe 2: Effektivität wahrscheinlich

Programminformationen

Ziel

Förderung von Wissen über psychische Belastungen, Suizidalität und professionelle Hilfsangebote; Steigerung der Inanspruchnahme von professionellen Hilfsangeboten durch suizidgefährdete Personen.

Zielgruppe

Schülerinnen und Schüler in Mittel-/Ober-/Fachoberschulen, Gymnasien und Berufsschulen.

Methode

Diese universelle, psychoedukative Maßnahme wird in der Schule als Workshop (4 Schulstunden á 45 Minuten) von zwei schulinternen oder externen Personen (alle speziell dafür geschult) durchgeführt. Der Workshop kann im Rahmen von Projekttagen/ Schulprojekten oder im regulären Unterricht erfolgen.

Durch Methoden wie Fallbeispiele, Quizze, Rollenspiele und Gespräche werden mit den Jugendlichen folgende Inhalte erarbeitet:

Die Ursachen von Stress und hilfreiche, nicht schädigende Umgangsformen mit Belastungssituationen.

Das Erkennen von Hilfsbedürftigkeit einer psychisch belasteten Person und die angemessene Reaktion auf Zeichen psychischer Belastung oder Suizidalität.

Regionale und überregionale, professionelle Hilfsangebote werden vorgestellt.

Der Workshop basiert auf wissenschaftlichen Theorien und Guidelines zur Suizidalität und zur Inanspruchnahme von Hilfen. Der Workshop ist ausdrücklich so strukturiert, dass sie der Identifizierung mit Suizidentinnen und Suizidenten sowie der Glorifizierung von Suizidhandlungen entgegenwirkt.

In der Schulung für das durchführende Personal (16 UE, mit Zertifikat, inkl. Manual, bis zu 20 Teilnehmende, keine Lehrkräfte) wird u.a. der Umgang akuter Suizidalität thematisiert und es werden Handlungsempfehlungen hierfür gegeben. Außerdem besteht die Möglichkeit zur 90 minütigen Supervision.

Material / Instrumente

Manual

Programmbeschreibung

<https://www.suizidpraevention-sachsen.de/schulworkshops/>

<https://www.felberinstitut.de/heylyife/>

<https://suizidpraevention-augsburg.de/workshop-heylyife-praeventionsprogramm-psychische-gesundheit>

<https://bildungsprogramm.pi-muenchen.de/50312421-id/>

Ansprechpartner

Prof. Dr. Susanne Knappe

Werner-Felber-Institut für Suizidprävention und interdisziplinäre Forschung im Gesundheitswesen e.V.

Hallwachstraße 5, 01069 Dresden

Tel.: 0351- 30922143

E-Mail:info@felberinstitut.de

<https://www.felberinstitut.de/>

Evaluation

Grosselli, L., Knappe, S., Baumgärtel, J., Lewitzka, U., & Hoyer, J. (2024). Addressing help-seeking, stigma and risk factors for Suicidality in Secondary Schools: short-term and mid-term Effects of the HEYLIFE Suicide Prevention Program in a randomized controlled trial. BMC Public Health (2024) 24:113,

<https://doi.org/10.1186/s12889-023-17557-9>

Knappe, S., Aresin, M., Stephan, Y., Grossellim L., Lewitzka, U., Bürger, A., WFI e.v. & Hoyer, J. (eingereicht 2023). Promoting protective factors for suicidal behaviour in adolescents at risk. Differential efficacy of the HEYLIFE suicide program. Eingereicht bei: Kindheit und Entwicklung, Abstract liegt dem Team der Grünen Liste Prävention vor.

Das Programm wurde am 23.10.2023 in die Datenbank eingestellt

und zuletzt am 01.03.2024 geändert.

Umsetzung und Evaluation

Evaluation

noch nicht veröffentlicht

Evaluationsmethode und Ergebnisse

Grosselli et al. (2024):

Die Evaluation ist eine randomisiert-kontrollierte Studie mit Follow-Up nach 6 Monaten (die Randomisierung erfolgte auf Schulebene, unverblindet). Die Studie umfasst den Erhebungszeitraum von 2019-2021. Befragt wurden 745 Schülerinnen und Schüler über 12 Jahren aus 19 Schulen (Gymnasien, Oberschulen/Berufsschulen). In der Follow-Up-Auswertung konnten die Daten von 433 Jugendlichen einbezogen werden (Interventionsgruppe n=185; Kontrollgruppe n= 248).

Für die Interventionsgruppe zeigten sich beim Prä-Post-Vergleich neben positiven Effekten (Verbesserungen bei Wissen, Einstellungen zur Suizidalität und Ängste vor suizidalen Peers) auch negative Effekte (Wunsch nach sozialer Distanz und Abnahme von prosozialen Emotionen gegenüber suizidalen Peers), die sich jedoch zum Follow-Up-Messzeitpunkt umkehrten oder aufhoben. Nach sechs Monaten waren folgende signifikante Unterschiede zugunsten der Interventionsgruppe im Vergleich zur Kontrollgruppe messbar: keine Zunahme des Wunschs nach sozialer Distanz gegenüber suizidalen Peers in der Interventionsgruppe, eine bessere Einstellung zur Hilfesuche als die Kontrollgruppe, kein Anstieg der Risikofaktoren für Suizidalität in der Interventionsgruppe. Der Workshop führte bei weiblichen Teilnehmenden zu signifikant besseren Ergebnissen als bei männlichen Teilnehmenden. Innerhalb des Studienzeitraums gab es keine Suizidfälle; allerdings waren auch keine signifikanten Veränderungen der Interventionsgruppe hinsichtlich akuter oder lebenslanger schwerer Selbstmordgedanken, hinsichtlich Selbstmordversuche und bei der Inanspruchnahme von Hilfeleistungen messbar (Veränderungen auf der Verhaltensebene).

Die Effekte dieses Programms sind insgesamt als „teilweise positiv“ zu bewerten, daher greift eine Malus-Regelung der Grünen Liste Prävention und das Programm wird auf Stufe 2 statt auf Stufe 3 eingeordnet.

Knappe et al. (eingereicht 2023):

Die Evaluation ist eine Prä-Post-Erhebung mit einer Clusteranalyse von Jugendlichen mit niedrigem, mittlerem und hohem Suizidrisiko. 304 Jugendliche aus fünf Schulen wurden zu Suizidalität, Depressivität, Impulsivität und Vermeidung befragt. Die Daten von 218 Jugendlichen konnten in die Auswertung einbezogen werden. Alle Risikogruppen verzeichneten einen Wissenszuwachs; die Einstellungen zu Suizidalität und die Intention zum Hilfesuchverhalten verbesserten sich bei den Jugendlichen mit niedrigen und mittleren Suizidrisiko, jedoch nicht bei denen mit hohem Suizidrisiko.

Für die Einstufung von HEYLIFE in der Grünen Liste Prävention wird die Studie von Grosselli et al. zugrunde gelegt, da immer die Evaluation mit dem aussagekräftigsten Design verwendet wird, wenn mehrere Evaluationen vorliegen.

Konzeptqualität

Die Kriterien sind erfüllt.

Evaluationsergebnisse

teilweise positiv

Evaluationsniveau und Beweiskraft

4 Sterne mit starker Beweiskraft

Aufwand

mit (€) gekennzeichnete Posten erfordern finanzielle Leistungen an Externe

Kostenfrei in Sachsen (durch eine Förderung des Freistaates Sachsen),

außerhalb Sachsens: € für die Schulung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren: 500€, zzgl. Reise- und Übernachtungskosten für die Trainerinnen und Trainer nach dem sächsischem Reisekostengesetz (Stand 09/2023).

erforderliche Kooperationspartner
Schule

Zeit bis zu erwartbaren Auswirkungen auf Risiko- bzw. Schutzfaktoren
kurzfristig (bis 1 Jahr)

Erfahrungen mit dem Programm

Programm probiert in
Sachsen, Augsburg, München (Stand 10/2023)

Suchzugänge

Präventionsthema

Ängste
Depression
Psychische Gesundheit

Schutzfaktoren

Kinder / Jugendliche
Moralische Überzeugungen und klare Normen

Programmtyp

universell

Institutionen

Schule

Geschlecht

beide

Alter der Zielgruppe

>18
14
15
16
17
18