

SO FINDEN SIE UNS – ANLEITUNG

1. Bei Interesse am Angebot melden Sie sich gerne per E-Mail: epilepsie-elternhilfe@uni-wh.de
2. Benötigte Angaben: **Name** und **E-Mail-Adresse**
3. Sie erhalten eine **Bestätigungsemail** mit einem Link.
4. Folgen Sie dem Link und verifizieren Sie so Ihren Account.

Im Anschluss können Sie mit der Bearbeitung von **ELSE** beginnen! Bei weiteren Fragen können Sie sich gerne unter der angegebenen E-Mail-Adresse melden.

TEILNAHME UND RAHMENBEDINGUNGEN

Das Beratungsangebot **ELSE** richtet sich an alle Eltern mit ...

- einem Kind, das an Epilepsie leidet
- hohen Belastungen im Alltag, die unter anderem durch die Epilepsie-Erkrankung des Kindes zustande kommen

... also an alle Mütter und Väter bzw. Erziehungsberechtigte, die ihre Fähigkeiten im Umgang mit der Epilepsie-Erkrankung ihres Kindes fördern möchten.

- » Das Programm umfasst **3 Bausteine**; zum Nutzen des Programms werden **zu 3 Zeitpunkten Fragebögen** beantwortet.
- » Dauer: **ca. 1 Woche pro Baustein** je nach individueller Zeiteinteilung, Abschlussfragebögen nach 6 und 12 Wochen
- » **Begleitet** werden Sie **durch geschulte Personen** mit Studienabschluss in Psychologie, die das Angebot entwickelt haben.
- » Alle Mitarbeiter*innen des Projekts unterliegen der **Schweigepflicht!**
- » Sie können bequem **von Zuhause aus teilnehmen!**

Voraussetzungen: Sie sind **Mutter/Vater/Erziehungsberechtigte*r von einem Kind mit Epilepsie-Erkrankung** und haben einen stabilen **Internetzugang** sowie eine **E-Mail-Adresse**.



ELSE
ELTERN STÄRKEN BEI EPILEPSIE

ONLINE-BERATUNGSANGEBOT

IM RAHMEN EINES FORSCHUNGSPROJEKTS DER



Die Teilnahme ist kostenfrei!

UNSER ANGEBOT AN SIE

ELTERN STÄRKEN BEI EPILEPSIE

WAS IST ELSE?

ELSE richtet sich an Eltern, deren Kind von Epilepsie betroffen ist.

Bei ELSE handelt es sich um ein computerbasiertes Online-Programm, das Sie im Umgang mit der Krankheit Ihres Kindes unterstützen kann.

WAS KÖNNEN SIE ERWARTEN?

Mit unserem Angebot möchten wir versuchen, Ihnen zu helfen, Ihre **Fähigkeiten im Umgang mit der Epilepsie-Erkrankung Ihres Kindes zu stärken**. Dazu werden wir Ihnen in drei Bausteinen Informationen, Beispiele und Übungen vorstellen, die Ihnen helfen sollen, die zusätzliche Belastung durch Ihr krankes Kind zu reduzieren. Das oberste **Ziel** ist es, Sie als Eltern zu unterstützen, sodass Sie für sich selbst und Ihre Familie gestärkt aus dem Programm hervorgehen können.



Wir stellen Ihnen die **wichtigsten Fakten zu Epilepsie** vor und geben Ihnen Raum, Ihre Erfahrungen mit der Krankheit Ihres Kindes mit uns zu teilen.



Wir möchten mit Ihnen erarbeiten, was für Sie persönlich **Stress** auslöst und wie Sie mit Stress umgehen können. Wir möchten Ihnen bewährte **Strategien** mit an die Hand geben, die Ihnen eine bessere Bewältigung belastender Situationen ermöglichen sollen.



Wir möchten Ihnen etablierte **Kommunikationsprinzipien** vorstellen, die einen nachhaltig positiven Effekt auf die Kommunikation zwischen Ihnen und Ihrem erkrankten Kind haben sollen.

WIE FUNKTIONIERT ELSE?

DIE ONLINE-PLATTFORM: MINDDISTRICT

Minddistrict (www.minddistrict.de) ist eine sog. E-Mental-Health-Plattform, die Online-Therapien zu verschiedensten Anliegen anbietet und sich durch **besondere Datensicherheit** auszeichnet. Auf Minddistrict können Sie Lektionen mit Informationen, Beispielen, Übungen (z.B. Arbeitsblätter) oder Fragen bearbeiten und Audio-Dateien anhören. Im Laufe unseres Programms werden Sie von diesen vielfältigen Möglichkeiten profitieren können.

UNTERSTÜTZUNG DER FORSCHUNG

Mit **ELSE** bieten wir Ihnen ein Beratungsangebot im Rahmen eines Forschungsprojekts an der Universität Witten/Herdecke an, an dem wir lange gearbeitet und gefeilt haben. Wegen des Forschungsinteresses ist es uns möglich, Ihnen ELSE **kostenfrei** anbieten zu können.

Uns liegt sehr am Herzen, dass das Angebot nützlich für Sie ist. Um das Angebot langfristig weiter **verbessern und an individuelle Bedürfnisse anpassen** zu können, sind wir auf Sie angewiesen. Im Rahmen des Programms werden Sie daher nicht nur durch unser Angebot geführt, sondern auch an drei Stellen Fragebögen zu Ihrer Situation und Belastung erhalten.

Selbstverständlich unterliegen dabei alle von Ihnen erhobenen Daten **strengsten Schutzbestimmungen** und werden nur in anonymisierter Form im Rahmen dieses Projekts verwendet.

VERANTWORTLICHE UND KONTAKT

PROJEKTLEITUNG

Prof. Dr. Ulrike Willutzki

Prof. Dr. Kevin Rostásy

UNIVERSITÄT WITTEN/HERDECKE

Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie I

Alfred-Herrhausen-Straße 44

D-58455 Witten

epilepsie-elternhilfe@uni-wh.de