

Teilnehmer für ein eHealth-Angebot für chronische SchmerzpatientInnen gesucht!!!

Im Rahmen meiner Master-Arbeit im Bereich Psychologie entwickle und überprüfe ich einen E-Mental-Health-Ansatz, welcher sich speziell an die Bedürfnisse von Menschen mit chronischen Schmerzen richtet. Ziel ist es Betroffenen sanfte und effektive Alternativen im Umgang mit dem ungeliebten Schmerz zu bieten - um diesen zu lindern und Lebensfreude zurückzugewinnen!

Über einen Zeitraum von **2 Wochen** erhalten Sie von mir täglich eine E-Mail mit folgendem Inhalt:

- Eine *Tagesaufgabe* in Form von geführten und interaktiven Übungen und Techniken
- *Hintergrundinformationen* darüber, wie die Übung Ihnen bei chronischem Schmerz helfen kann
- *Tipps und Möglichkeiten*, wie Sie das Gelernte in Ihren Alltag integrieren können

Eine Anmeldung zur Studie ist bis zum **16.04.2021** möglich. Start der Studie ist Anfang Mai.

Bei Interesse registrieren Sie sich mit Ihrer E-Mail-Adresse über den hier aufgeführten **Link** oder **QR-Code**.

<https://www.pfh.de/umfragen/index.php/843151?lang=de>

Gerne können Sie mich auch persönlich direkt anschreiben! Sie werden dann zu einem Online-Fragebogen weitergeleitet. **Dort erhalten Sie weitere Details zur Studie!**



Welche Voraussetzungen müssen Sie erfüllen?	Ihre Vorteile
Sie leiden unter chronischen Schmerzzuständen (unabhängig einer Diagnose)	Die Teilnahme ist kostenlos
Sie sind mindestens 18 Jahre alt	Sämtliche Übungsmaterialien bekommen Sie zur Verfügung gestellt
Sie können deutsch sprechen/lesen	Sie lernen einfache Techniken, die sich auf ihr ganzes Leben positiv auswirken können
Sie haben Erfahrungen im Umgang mit digitalen Medien	Sie helfen bei der Entwicklung von neuen Ansätzen, die auch zukünftigen Schmerzpatienten helfen können, ihr Leid effektiv zu lindern
Sie sind offen für neue Ansätze	
Sie sind motiviert und bereit sich über den Zeitraum der Studie täglich ca. 10-30 Minuten Zeit für sich selbst und die Übungen zu nehmen	



Steckbrief – Damit ich kein Unbekannter für Sie bin!

Mein Name ist Philipp Matzke, Jahrgang 1990. Momentan befinde ich mich in den letzten Zügen meines berufsbegleitenden Psychologiestudiums mit dem Schwerpunkt klinische Psychologie an der PFH Göttingen.

Kontaktdaten

Philipp Matzke
Philipp.matzke@pfh.de