Kontakt und Ansprechpersonen

Wenn Sie Interesse an der Studie haben oder mehr erfahren möchten, können Sie unverbindlich und direkt Kontakt mit uns per Mail aufnehmen.

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Studienkoordination:

Julia Jäger, M.Sc. Psych.

Julia Segerer, M.Sc. Psych.

E-Mail: yogia@charite.de

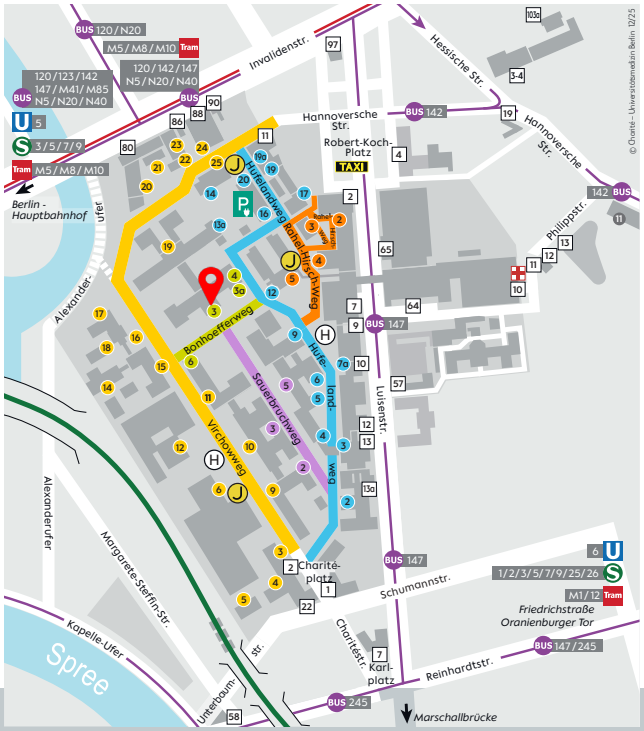
T +49 176 50877549

Studienleitung:

Prof. Dr. Dr. Kerem Böge, M.Sc. Psych.

Weitere Informationen und ein Kontaktformular finden Sie auf unserer Homepage:

https://clipslab.de/projekt-yogia/



Wo wir uns befinden:

Charité – Universitätsmedizin Berlin

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Campus Charité Mitte

Bonhoefferweg 3

10117 Berlin

S-Bahn: Hauptbahnhof (S3, S5, S7, S9)

U-Bahn: Naturkundemuseum (U6)

Bus: Charité Campus Mitte (M41, 147)

CHARITÉ
UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN



Studienteilnehmende gesucht

Yoga und Sport für ambulante Patient:innen mit einer Schizophrenie-Spektrum-Erkrankung (YOGIA)

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
am Campus Charité Mitte

Liebe Interessent:innen

Symptome wie zum Beispiel Rückzug, Antriebslosigkeit oder starke innere Anspannung können den Alltag im Rahmen einer Schizophrenie-Spektrum-Erkrankung erheblich beeinträchtigen. In unserer Studie möchten wir untersuchen, ob gezielte Gruppenangebote dabei helfen können, solche Beschwerden zu lindern und so das allgemeine Wohlbefinden und die Lebensqualität zu stärken. Dazu vergleichen wir:

Yoga-basierte Gruppenintervention (YoGI)

Eine Form der bewegungsbasierten Achtsamkeit, die Körperübungen, Atemtechniken und Entspannung miteinander verbindet. Studien zeigen, dass Yoga Stress reduzieren, Achtsamkeit fördern und dazu beitragen kann, körperliche als auch psychische Belastungen zu reduzieren.

Kraft- und Flexibilitätstraining

Eine Kombination aus Kräftigungs- und Mobilisationselementen sowie Dehnübungen. Bewegung unterstützt die körperliche Gesundheit und kann sich auch positiv auf das allgemeine Wohlbefinden auswirken.

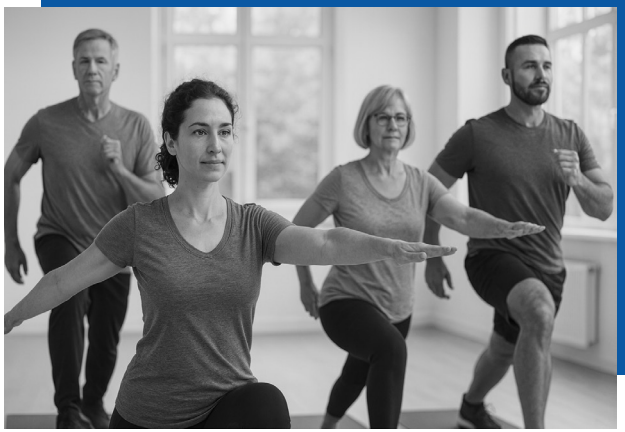
Ziel

ist es, mit YoGI ein ergänzendes Behandlungsangebot zu schaffen, das sich flexibel in die ambulante Versorgung von Patient:innen mit einer Schizophrenie- Spektrum-Erkrankung integrieren lässt.

Inhalt einer Studienteilnahme

- Sie werden zufällig einer von drei Gruppen zugeteilt:
  - einer 12- wöchigen **Yoga-basierten Gruppenintervention**,
  - einem 12-wöchigen **Kraft- und Flexibilitätstraining**
  - oder einer **Kontrollgruppe**.
- In der Kontrollgruppe findet keine zusätzliche Behandlung statt.
- Zu drei Zeitpunkten füllen Sie Fragebögen von ca. 100 Minuten aus.
- Außerdem führen Sie zu zwei Zeitpunkten ein Gespräch mit unserem Studienteam von ca. 30 Minuten über Ihre Erfahrungen (freiwillige Teilnahme).

Kontaktieren Sie uns für ein unverbindliches Informationsgespräch. Unsere Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite.



Teilnahmevoraussetzungen

- Sie sind zwischen **18 und 65 Jahre** alt.
- Sie haben die Diagnose einer Schizophrenie, Schizoaffektiven Störung oder eine andere Psychotische Erkrankung.
- Sie können ein Mal pro Woche an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am **Campus Charité Mitte** in Berlin an einer Gruppenintervention teilnehmen.
- Die Teilnahme ist für Sie **kostenlos**.
- Ihre Teilnahme findet zu jedem Zeitpunkt **freiwillig** statt und kann jederzeit ohne Benachteiligung unterbrochen werden.
- Sie erhalten eine **Aufwandsentschädigung von 50€**.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!