



Studieninformation der «CONNECT» Studie

Sehr geehrte Studieninteressierte, sehr geehrter Studieninteressierter

Wir freuen uns sehr über Ihr Interesse an unserer Studie «CONNECT». Gerne informieren wir Sie im Folgenden detailliert über die Inhalte und Ziele der Studie. Bitte lesen Sie die folgenden Informationen genau durch, bevor Sie zustimmen, an der Studie teilzunehmen. Wenn Sie mit den Studieninformationen und den Teilnahmebedingungen einverstanden sind, können Sie danach Ihre Zustimmung geben und sich für die Studie anmelden. Bei allfälligen Unklarheiten wenden Sie sich bitte an die Studienleitung.

Allgemeine Informationen und Ziele der Studie

Bei diesem Projekt handelt es sich um eine wissenschaftliche Studie im Rahmen einer Masterarbeit, die am Lehrstuhl für Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie der Universität Zürich durchgeführt wird. Die Studie wird von Joana Biopoulos im Rahmen ihres Masterstudiums durchgeführt und von Dr. Timon Elmer betreut. Das Projekt verfolgt keinerlei wirtschaftliche oder politische Interessen.

Ziel der Studie ist es zu untersuchen, ob digitale, smartphone-basierte Angebote junge Erwachsene im Alter von 18 bis 29 Jahren im Umgang mit Einsamkeit wirksam unterstützen können. Einsamkeit stellt insbesondere in dieser Lebensphase eine relevante psychosoziale Belastung dar und steht in Zusammenhang mit verschiedenen psychischen Beeinträchtigungen. Digitale Angebote über Smartphones könnten eine niedrigschwellige Möglichkeit darstellen, solchen Belastungen im Alltag entgegenzuwirken.

Im Rahmen der Studie erhalten die Teilnehmenden über eine Smartphone-App Zugriff auf digitale Inhalte, die sich mit dem Thema Einsamkeit und möglichen Umgangsweisen damit befassen. Je nach individuellem Studienverlauf kann es zudem sein, dass Sie gebeten werden, an Online-Interaktionen mit einem Chatbot teilzunehmen. Sie können jederzeit entscheiden, ob und in welchem Umfang Sie solche Angebote nutzen möchten. Zusätzlich werden die Teilnehmenden gebeten, über die App wiederholt Fragebögen auszufüllen, um Veränderungen im Erleben von Einsamkeit sowie weiteren psychologischen Merkmalen im Studienverlauf zu erfassen.

Ziel der Studie ist es, zu prüfen, ob sich durch die Nutzung der bereitgestellten digitalen Inhalte Veränderungen im Erleben von Einsamkeit zeigen.

Bei dieser Studie handelt es sich um eine wissenschaftliche Untersuchung. Sie stellt keine psychologische Beratung, Therapie oder klinische Behandlung dar und kann eine solche nicht ersetzen.

Teilnahmevoraussetzungen

Um an dieser Studie teilnehmen zu können, sollten Sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Sie sind zwischen 18 und 29 Jahre alt.
- Sie beherrschen die deutsche Sprache.
- Sie arbeiten nicht nachts (z.B. im Schichtdienst).
- Sie besitzen ein iPhone, welches Sie regelmässig benutzen (da die Studienapp nur für iOS verfügbar ist).
- Sie weisen erhöhte Werte in einem Fragenbogen für Einsamkeitssymptome auf.
- Sie haben keine Suizidgedanken (wird im Fragebogen erfragt).
- Sie nehmen während der Studiendauer an keiner anderen psychologischen Studie teil.

Ablauf und Inhalt der Studie

Die Studie besteht aus mehreren Teilen: Einer Online-Startbefragung, Smartphone-Fragebögen im Alltag während 3 Wochen, Online-Befragung nach 3 Wochen, Online-Abschlussbefragung, digitale Ressourcen gegen Einsamkeit.

Online-Startbefragung: Wenn die Teilnehmenden die Voraussetzungen erfüllen, erhalten sie eine Einladung für die Startbefragung. Im Rahmen dieser Befragung werden die Teilnehmenden detailliert über die Studie informiert, bevor sie einige Fragen beantworten. Bei Fragen können sich die Teilnehmenden per Mail an die Studienleitung wenden.

Smartphone-Fragebögen: Nach Abschluss der Startbefragung erhalten die Teilnehmenden an 21 aufeinanderfolgenden Tagen während des Tages zu fünf zufälligen Zeitpunkten (zwischen 8:00 Uhr und 22:00 Uhr) Umfragen auf ihr Smartphone gesendet. Um die Umfragen auf dem Smartphone ausfüllen zu können, bitten wir Sie darum, die m-Path App zu installieren. Hierfür erhalten Sie eine Anleitung. In den Smartphone-Fragebögen werden die Teilnehmenden nach ihrem momentanen Empfinden und Erleben befragt.

Digitale Ressourcen gegen Einsamkeit: Während der Studie erhalten die Teilnehmenden über ihre Smartphones Zugriff auf digitale Ressourcen für den Umgang mit Einsamkeitsgefühlen.

Onlinebefragung nach 3 Wochen, Online-Abschlussbefragung: Nach der 21-tägigen Phase mit Smartphone-Fragebögen erhalten Sie einen weiteren Fragebogen sowie weitere 3 Wochen später den Abschlussfragebogen und die finanzielle Entschädigung.

Zeitaufwand: Die Startbefragung dauert ca. 25 Min. Danach erhalten Sie 4x pro Tag den Smartphone Fragebogen (ca. 1-2 Min.), sowie abends einen weiteren etwas ausführlicheren Smartphone Fragebogen (ca. 2 Min.). Der Zeitaufwand pro Woche beläuft sich also auf ca. 70 Minuten. Der Abschlussfragebogen und die Nachbefragung wird jeweils ca. 20 Min in Anspruch nehmen.

Rechte der Teilnehmenden

Ihre Teilnahme an dieser Studie ist freiwillig. Wenn Sie sich zu einer Teilnahme entschliessen, können Sie diese Entscheidung jederzeit zurücknehmen. Sie müssen in diesem Fall nicht begründen, warum Sie aus der Studie aussteigen wollen. Es entstehen für Sie keine Nachteile bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Studie. Bei Fragen zur Studie dürfen Sie die Studienleitung jederzeit kontaktieren.

Nutzen für die Teilnehmenden

Mit Ihrer Teilnahme leisten Sie einen wichtigen Beitrag für die Erforschung eines gesellschaftlich und gesundheitlich hochrelevanten und aktuellen Themas. Für Sie persönlich kann die Teilnahme dazu beitragen, das eigene emotionale Erleben bewusster wahrzunehmen, dieses besser zu verstehen und verschiedene Werkzeuge kennenzulernen, die den Umgang mit Einsamkeitsgefühlen unterstützen können. Ein konkreter individueller Nutzen kann jedoch nicht garantiert werden.

Zudem erhalten Sie eine Teilnahmeentschädigung (siehe weiter unten).

Risiken und Belastungen für die Teilnehmenden

Grundsätzlich ist dies eine Studie mit geringem Risiko und geringen Belastungen für die Teilnehmenden. Bei dieser Studie werden die Teilnehmenden mittels Fragebögen befragt und zeitweise dazu animiert, Ihre Gefühle und Gedanken zu reflektieren. Während wir hoffen, dass diese Reflexionsanstösse hilfreich sein werden, ist es möglich, dass die Teilnehmenden während der Nutzung der App negative Gefühle oder Gedanken erleben. Darüber hinaus kann die Teilnahme an dieser Studie von den Teilnehmenden verlangen, über ihre psychische Gesundheit nachzudenken, was für einige Personen unangenehm oder beunruhigend sein könnte. Wir werden jedoch Kontakte und Ressourcen zur Verfügung stellen, die im Falle negativer Erfahrungen Unterstützung bieten können. Wir werden auch Massnahmen ergreifen, um die Privatsphäre der Teilnehmenden bestmöglich zu schützen.

Datenschutz

Alle Daten werden in anonymisierter Form abgespeichert. Alle ihre Kontaktangaben werden vom Datensatz getrennt gespeichert und der Schlüssel zur Zuordnung der Teilnehmenden zu den Daten ist nur dem Studienkernteam (2-3 Personen) zugänglich, welches unter Schweigepflicht steht. Dieser Schlüssel wird nur verwendet, wenn für die Studie nötig, zum Beispiel um Sie bei Problemen kontaktieren und unterstützen zu können, um nach Abschluss der Studie die Teilnahmeentschädigung zu überweisen, oder um auf Anfrage Ihrerseits Ihre Daten löschen zu können. Die persönlichen Daten werden nicht weitergegeben und nicht für andere Zwecke als für diese Studie verwendet. Nach Abschluss der Studie (geplant für Mitte 2027) werden alle persönlichen Daten gelöscht. Jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin kann ohne Angabe von Gründen das Löschen seiner / ihrer Daten verlangen, ohne dass ihm / ihr dabei Nachteile entstehen. Dies ist allerdings nur möglich, solange die persönlichen Daten noch nicht gelöscht wurden, da danach keine Zuordnung der Daten zu Personen mehr möglich ist.

Die erhobenen Daten werden analysiert und die Resultate in Form wissenschaftlicher Artikel und Präsentationen publiziert. Teile des anonymisierten Datensatzes werden auf wissenschaftlichen Servern veröffentlicht, sodass andere Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen die Analysen nachvollziehen können. Dabei ist aber nie ein Rückschluss auf Ihre Person möglich.

Die gesammelten Daten werden auf verschiedenen Servern gespeichert und analysiert. Alle Server befolgen strenge Datenschutzrichtlinien und sind geschützt. Zugriff auf die Server hat nur das Studienteam und bei technischen Problemen das Support-Team des jeweiligen Servers. Die Nutzungsdaten der Digitalen Ressourcen werden zum Teil bei KI-Dienstleister (OpenAI, Anthropic) zwischengespeichert, wo sie zur nur automatisierten Missbrauchskontrolle für 30 Tage gespeichert und danach gelöscht werden. Diese Daten werden von den Drittanbietern nicht zum Training von KI-Modellen verwendet. Wir übermitteln keine persönlichen Daten wie Namen oder Adressen an diese Anbieter und bitten Sie, auch im Chat auf die Nennung solcher Details zu verzichten. Um das Risiko eines unbefugten Mitlesens durch Dritte auf Ihrem Smartphone zu minimieren, empfehlen wir zudem die Nutzung einer persönlichen Zugangssperre (z.B. PIN) an Ihrem Gerät.

Über einen geschützten Download mittels der m-Path bzw. Safespace Research Plattform gelangen die Daten auf einen Server der Universität Zürich. Dies umfasst Ihre Fragebogendaten sowie Angaben zu Ihrer Interaktion mit der zur Verfügung gestellten digitalen Ressource gegen Einsamkeit. Diese Daten werden dann zusätzlich von dem Studienteam so gut wie möglich anonymisiert, sollte von Ihnen spezifische Namen oder erwähnt werden. Die anonymisierten Daten werden auf einem *Server der Universität Zürich* langfristig gespeichert, um die Auswertung der Studie vornehmen zu können. Der anonymisierte Datensatz wird zur Überprüfung der vorgenommenen statistischen Analysen an andere Forschende und an Safespace Research zur Verbesserung der Intervention herausgegeben, welche ebenfalls dazu verpflichtet sind, die Daten streng vertraulich zu behandeln. Zu keinem Zeitpunkt werden Ihre persönlichen Daten (Name, Adresse, etc.) weitergegeben.

Entschädigung der Teilnehmenden

Sie erhalten nach vollständiger Teilnahme an der Studie 40 bis 60 CHF. Dieser Betrag wird anhand Ihrer konstanten Teilnahme an den Smartphone-Fragebögen errechnet. Bei 50% der Fragebögen erhalten Sie 40 CHF. Dieser Betrag steigert sich bis zu 60 CHF, wenn Sie 100% der Fragebögen ausfüllen. Für das erfolgreiche Abschliessen der Studie bzw. den Erhalt der Entschädigung sind mindestens die Startbefragung, 50% der Smartphone Fragebögen, sowie die Abschlussfragebögen notwendig. Wenn Sie weniger als 50 % der Smartphone-Fragebögen ausfüllen, aber die Start- und Abschlussfragebögen der Studie vollständig bearbeiten, erhalten Sie eine reduzierte Entschädigung von 30 CHF.

Ein Anrecht auf zusätzliche Kompensation oder Entschädigung besteht nicht.

Erreichbarkeit des Studienteams

Zögern Sie bei Fragen oder Problemen nicht, die Studienleitung telefonisch oder per E-Mail zu kontaktieren. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Studienleitung

Joana Biopoulos

Studienverantwortung

Dr. Timon Elmer

Kontakt Daten

Universität Zürich

Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie

Binzmühlestrasse 14 / Box 14

CH-8050 Zürich

Tel. +41 77 413 82 11

E-Mail: connect@psychologie.uzh.ch oder joana.biopoulos@uzh.ch

Falls Sie (ethische) Beschwerden zu dieser Studie haben, können Sie sich an die Ethikkommission der Philosophischen Fakultät der Universität Zürich wenden (chair.ethics.committee@phil.uzh.ch).