



Zürich, Oktober 2020

## Einverständniserklärung Studie *Alltagserleben*

### 1. Ziel und Inhalt der Studie

Herzlichen Dank für dein Interesse an unserer **Interventionsstudie *Alltagserleben***. Die Studie wird unter der Leitung von Dr. phil. Mirjam Ghassemi am Lehrstuhl Allgemeine Psychologie (Motivation) des Psychologischen Instituts der Universität Zürich durchgeführt.

In dieser Studie testen wir die Effektivität mehrerer psychologischer Interventionen für Erleben und Befinden im Alltag. Die gesamte Datenerhebung erfolgt online. Nach Bearbeitung eines Einstiegsfragebogens wirst du zunächst an fünf aufeinanderfolgenden Tagen (Montag bis Freitag) einen kurzen Fragebogen ausfüllen. In der Folgewoche wirst du an fünf aufeinanderfolgenden Tagen (Montag bis Freitag) jeweils zuhause eine Übung bearbeiten und einen kurzen Fragebogen ausfüllen. Die Studie schliesst mit einem Abschlussfragebogen. Die ganze Studie und nimmt ca. 3 Stunden in Anspruch.

### 2. Teilnahmebedingungen

Um an dieser Studie teilnehmen zu können, musst du zwischen 18 und 60 Jahren alt sein.

### 3. Ablauf der Studie

Die Studie läuft von **16.11.2020 bis 7.12.2020** und umfasst folgende Teile:

1. **Einstiegs-Fragebogen:** Diese Befragung dauert ca. 30 min. Du erhältst den Link am 16.11. per E-Mail zugeschickt. Nimm bis spätestens 20.11. teil.
2. **Woche 1: Kurzer Fragebogen:** Du erhältst während fünf Tagen, Montag, 23.11., bis Freitag, 27.11., jeden Tag per E-Mail einen Link. Folge dem Link um einen 2-minütigen Fragebogen auszufüllen.
3. **Woche 2: Tägliche Übung und kurzer Fragebogen:** Du erhältst während fünf Tagen, Montag, 30.11., bis Freitag, 4.12., jeden Tag per E-Mail einen Link. Folge dem Link um täglich eine ca.15-minütige Übung zu bearbeiten und einen 2-minütigen Fragebogen auszufüllen.
4. **Abschluss-Fragebogen:** Diese Befragung dauert ca. 20 min. Du erhältst den Link am 5.12. per E-Mail zugeschickt. Nimm bis spätestens 7.12. teil.

**Totaler Aufwand:** ca. 3 Stunden



### **3.1. Details zum Einstiegs- und Abschlussfragebogen**

Dies sind zwei Online-Fragebogen; die persönlichen Links dazu erhältst du per E-Mail zugeschickt. Du kannst die Fragebogen von einem beliebigen Computer oder Tablet aus beantworten. Verwende dafür aber bitte *nicht* das Smartphone, weil die Darstellung dafür nicht optimiert ist.

### **3.2. Details zu den Kurzfragebögen (Woche 1) und täglichen Übungen (Woche 2)**

Von Montag, 23.11., bis Freitag, 27.11., erhältst du von uns jeden Tag per E-Mail einen Link. Bitte folge dem Link um einen 2-minütigen Fragebogen auszufüllen. Für den erfolgreichen Abschluss der Studie musst du an min. 4 Tagen den kurzen Fragebogen ausfüllen.

Von Montag, 30.11., bis Freitag, 4.12., erhältst du von uns jeden Tag per E-Mail einen Link. Du kannst frei entscheiden, wann du dir an dem jeweiligen Tag Zeit nimmst, um dem Link zu folgen und eine ca. 15-minütige Übung zu bearbeiten. Mach die Übung zuhause oder an einem ruhigen Ort, an dem du ungestört bist. Nach der Übung wirst du jeweils einen 2-minütigen Fragebogen ausfüllen. Für den erfolgreichen Abschluss der Studie musst du an min. 4 Tagen an der Übung teilnehmen.

Bitte gib bei der Registrierung die E-Mail-Adresse an, an die wir die Links zu den Fragebögen und den täglichen Übungen senden sollen.

## **4. Vergütung**

Psychologiestudierende erhalten für ihre vollständige Teilnahme an der Studie 3.5 Versuchspersonenstunden. *Vollständig* bedeutet, dass du alle Teile der Studie absolviert hast und in beiden Wochen mindestens 4 der 5 täglichen Fragebögen und Übungen rechtzeitig bearbeitet hast. Die Bestätigungen werden nach Abschluss der Datenerhebung im Januar 2021 per E-Mail versandt. Da wir vollständige Daten benötigen, können Versuchspersonenstunden nicht anteilig bestätigt werden.

Unter allen Teilnehmenden, die keine Versuchspersonenstunden benötigen, vergeben wir nach dem Zufallsprinzip Migros-Gutscheine im Wert von 3 x 50 Fr., 2 x 30 Fr. und 1 x 20 Fr. Jede Person kann maximal einen Gutschein gewinnen. Die, die Glück gehabt haben, werden von uns im Januar 2021 per E-Mail benachrichtigt.

## **5. Mögliche Risiken**

Die Risiken, die sich aus der Studie ergeben, werden als gering eingeschätzt. Es ist möglich, dass sich die Übungen oder die Bearbeitung der Fragebögen auf dein momentanes Befinden, z.B. deine Stimmung, auswirken. Es ist auch möglich, dass du dich ausgelöst durch die Übungen mit unangenehmen persönlichen Erfahrungen auseinandersetzt. Du kannst jedoch jederzeit frei entscheiden, ob du das tun möchtest. Wenn du dich momentan psychisch sehr belastet fühlst, raten wir von einer Teilnahme ab.

## **6. Freiwilligkeit der Teilnahme und Abbruch**

Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig. Es steht dir frei, die Studie jederzeit und ohne Angabe von Gründen abzubrechen. Möchtest du die Studie abbrechen, sind wir dankbar für eine kurze Benachrichtigung per E-Mail ([alltagserleben@psychologie.uzh.ch](mailto:alltagserleben@psychologie.uzh.ch)). Brichtst du die Studie ab, verlierst du den Anspruch auf eine Teilnahmevergütung.



## 7. Datenschutzbestimmungen

### 7.1. Erfasste personenbezogene Daten

In dieser Studie werden personenbezogene Daten erfasst, die wir folgendermassen verwenden: Deine **E-Mail-Adresse** verwenden wir, um dir die verschiedenen Fragebögen zuzusenden. Deinen **Namen** und ggf. deine **Matrikelnummer** erfassen wir, um dir eine Versuchspersonenbestätigung auszustellen oder dich im Falle eines Gewinns eines Migros-Gutscheins zu benachrichtigen.

### 7.2. Massnahmen zum Datenschutz

Da in dieser Studie persönliche Daten erfasst werden, ergreifen wir Massnahmen, um deine Privatsphäre zu schützen.

Auf alle Daten hat nach dem Erforderlichkeitsprinzip lediglich ein klar begrenzter Personenkreis (Forschungsteam, IT-Support, vom Forschungsteam beauftragte wissenschaftliche Hilfspersonen) Zugriff. Alle diese Personen unterliegen der Schweigepflicht. Alle erhobenen Daten werden streng vertraulich behandelt und ausschliesslich für wissenschaftliche Zwecke verwendet. Berichte oder wissenschaftliche Publikationen, die aus dieser Studie hervorgehen, lassen keinen Rückschluss auf einzelne Personen zu.

Die personenbezogenen Angaben, die du bei der Anmeldung zur Studie machst, werden in einem separaten Datenfile gespeichert, d. h. getrennt von deinen Antworten in allen Fragebogen. Die verschiedenen Fragebogen werden mit Hilfe von zufällig generierten Codes verknüpft. Sobald die Studie beendet und alle Teilnahmevergütungen ausgestellt sind, werden alle verbleibenden personenbezogenen Daten gelöscht.

Die erfassten Fragebogendaten werden für unbestimmte Zeit auf Servern gespeichert, die sich physisch in den Räumen des Psychologischen Instituts befinden. Die Datenübertragung erfolgt über eine verschlüsselte Verbindung (https). Über die im Fragebogen ersichtlichen Informationen hinaus werden einzig Datum und Uhrzeit sowie Dauer jedes Zugriffs auf den Online-Fragebogen gespeichert (d.h. keine IP-Adressen).

Während der Dauer der Studie kannst du jederzeit deine Einwilligung widerrufen und/oder die Löschung deiner Antworten verlangen. Dadurch verlierst du aber den Anspruch auf eine Teilnahmevergütung. Nach Löschung der personenbezogenen Daten nach Abschluss der Datenerhebung ist die Löschung deiner Antworten nicht mehr möglich.

## 8. Kontakt

Bei Fragen oder technischen Problemen während der Studie kannst du dich jederzeit per E-Mail an uns wenden: [alltagserleben@psychologie.uzh.ch](mailto:alltagserleben@psychologie.uzh.ch)

Das Studienteam *Alltagserleben*:

Annina Freihofer, BSc  
Kyle Varley, BSc  
Mirjam Ghassemi, Dr. phil.



### 9. Beschwerdeinstanz

Die Inhalte und Abläufe der Studie wurden von der *Ethikkommission* der *Philosophischen Fakultät* der *Universität Zürich* genehmigt. Wenn du eine Beschwerde im Zusammenhang mit der Studie hast, kannst du dich auch an die Ethikkommission wenden:

Prof. Dr. Klaus Oberauer  
Universität Zürich  
Psychologisches Institut  
Allgemeine Psychologie (Kognition)  
Binzmühlestrasse 14, Box 22  
CH-8050 Zürich  
[k.oberauer@psychologie.uzh.ch](mailto:k.oberauer@psychologie.uzh.ch)

### 10. Einverständniserklärung (wird mit der elektronischen Anmeldung bestätigt)

Ich möchte an der Studie *Alltagserleben* teilnehmen und bestätige, dass die folgenden Punkte zutreffen:

- Ich erfülle die oben genannten Teilnahmebedingungen.
- Ich nehme freiwillig an dieser Studie teil und bin mir bewusst, dass ich die Teilnahme jederzeit abbrechen kann, ohne Gründe anzugeben und ohne dass mir daraus Nachteile entstehen.
- Ich wurde schriftlich über den Ablauf der Studie informiert und hatte genügend Zeit, mich für die Teilnahme zu entscheiden.
- Ich habe die Datenschutzbestimmungen gelesen und verstanden und erkläre mich damit einverstanden.