

Allgemeine Teilnehmerinformation über die Untersuchung

Georg-Elias-Müller-Institut für Psychologie, AE Klinische Psychologie und Experimentelle Psychopathologie der Georg-August-Universität Göttingen

Positive Emotionen durch mentales Vorstellen

Sehr geehrte Teilnehmer:innen,

herzlich willkommen bei unserer Studie „Positive Emotionen durch mentales Vorstellen“. Wir danken Ihnen für Ihr Interesse.

Wie sich Menschen im Alltag fühlen, hängt eng damit zusammen, was sie gerade denken. Besonders das bewusste Vorstellen positiver Erlebnisse kann dazu beitragen, dass man sich motivierter und weniger niedergeschlagen fühlen. Gleichzeitig fällt es vielen nicht leicht, solche positiven inneren Bilder zu erzeugen oder aufrechtzuerhalten, und selbst wenn dies gelingt, halten die damit verbundenen positiven Gefühle häufig nicht lange an.

Wir möchten untersuchen, ob positives bildliches Denken zusammen mit Fotos aus dem Alltag dabei helfen kann, positive Gefühle länger aufrechtzuerhalten. Wir hoffen, dass die Ergebnisse dieser Untersuchung uns helfen werden, einfache Interventionen zu entwickeln, um Menschen zu unterstützen, die sich belastet, deprimiert oder ängstlich fühlen.

Dauer

Die Studie beinhaltet 3 Testtermine in den Räumen der Abteilung für Klinische Psychologie und Experimentelle Psychopathologie (Kurze-Geismar-Str. 1 / Heinrich-Düker-Weg 16) sowie zwei weitere kurze Sitzungen zum Ausfüllen von Online-Fragebögen. Die 3 Testungen im Labor werden sich über einen Zeitraum von 2 bis 3 Wochen erstrecken, wobei jede Testung ca. 45-90 Minuten dauern wird. In den Zeiträumen zwischen den Testungen werden wir Sie bitten, täglich 2 kurze Online-Fragebögen auszufüllen (über Ihr Handy), bei dem wir unter anderem Ihre Stimmung messen werden. Zwischen der 2. und 3. Testung im Labor bitten wir Sie, für 6 Tage hintereinander täglich mindestens 15 Minuten lang ein einfaches computergestütztes Training zum bildlichen Denken auf Ihrem Laptop zu Hause durchzuführen. Die kurzen Sitzungen zum Ausfüllen der Online-Fragebögen erfolgen nach den Labortestungen und dauern jeweils etwa 10 Minuten.

Ablauf der Studie und Ihre Aufgaben

Die Studie wird von Student:innen der Georg-August-Universität Göttingen durchgeführt werden. Diese Student:innen werden von Wissenschaftler:innen der Abteilung für Klinische Psychologie und Experimentelle Psychopathologie betreut und supervidiert.

Die Studie hat den folgenden Ablauf:

1. Online-Fragebögen als Screening

Zunächst werden Sie gebeten, eine Reihe von Online-Fragebögen auszufüllen, um zu überprüfen, ob Ihr Profil für diese oder andere Studien, die derzeit in der Abteilung für Klinische Psychologie und Experimentelle Psychopathologie durchgeführt werden, passend ist. Für

das Ausfüllen dieser Fragebögen können Sie 0,5 VPN-Stunden erhalten. Am Ende der Fragebögen wird Ihnen angezeigt, für welche Studien Sie in Frage kommen, und Sie können diejenigen auswählen, an denen Sie teilnehmen möchten. Anschließend werden Sie kontaktiert, um die Termine für die Studie zu vereinbaren. Zwischen den ersten beiden Studienterminen kann entweder eine Woche oder zwei Wochen liegen, dies wird nach dem Zufallsprinzip festgelegt.

2. Erster Studientermin (~45 Minuten) im Labor

Beim ersten Studientermin wird Ihnen die Studie genauer erklärt und Sie haben die Möglichkeit, Fragen zu stellen, bevor Sie sich entscheiden, ob Sie an der Studie teilnehmen möchten. Wenn Sie sich zu einer Teilnahme bereit erklären, werden Sie gebeten einige Fragebögen auszufüllen. Hierbei werden wir Sie z.B. bitten, anzugeben, wie ängstlich oder depressiv Sie sich fühlen. Anschließend stellen wir Ihnen die Smartphone-App vor, mit der wir Ihnen in den nächsten Wochen Fragen zu Ihrer Stimmung und Ihren Gedanken stellen werden. Wir würden auch überprüfen, ob Ihr Laptop mit dem computergestützten Trainingsprogramm kompatibel ist.

3. Erste/Erste und zweite Studienwoche

Zwischen dem ersten und zweiten Labortermin werden Sie jeden Tag 2 Aufforderungen (eine gegen Mittag, eine am Abend) von der Smartphone-App erhalten. Hierbei werden wir Sie bitten, einige sehr kurze Fragen über Ihre Gedanken und Stimmung zu beantworten (jedes Mal ca. 1-2 Minuten). Je nach Gruppeneinteilung werden Sie diese Fragen entweder eine oder zwei Wochen lang beantworten. Wir bitten Sie, immer alle Fragen jeder einzelnen Aufforderung zu beantworten, wenn Sie an der Studie teilnehmen bzw. die Studie fortsetzen wollen. Darüber hinaus bitten wir Sie, Fotos von Szenen aus Ihrem Alltag zu machen, die dann im nächsten Teil der Studie verwendet werden. Diese Fotos sind nur für Sie zugänglich und werden auf Ihrem Smartphone und Laptop gespeichert.

4. Zweiter Studientermin (~90 Minuten) im Labor

Beim zweiten Studientermin werden Sie wieder gebeten, Fragebögen auszufüllen. Danach bitten wir Sie, das Computerprogramm (< 10 MB) auf Ihrem Laptop zu installieren. Wir zeigen Ihnen dann auch, wie Sie es verwenden sollen. Anschließend führen wir Sie in das computergestützte Training ein und Sie machen eine Einführungssitzung mit uns. Das Programm umfasst das Betrachten der von Ihnen aufgenommenen Fotos sowie das Vorstellen positiver Ereignisse oder Erfahrungen.

5. Nächste Studienwoche

In der darauffolgenden Woche bitten wir Sie, das Computerprogramm mindestens 15 Minuten pro Tag zu verwenden. Wenn Sie möchten, dürfen Sie das Training auch gerne länger absolvieren. Sie erhalten weiterhin täglich zwei Aufforderungen, in denen Sie nach Ihren Gedanken und Ihrer Stimmung gefragt werden.

6. Dritter Studientermin (~45 Minuten) im Labor

Beim dritten Studientermin werden Sie wieder gebeten, Fragebögen auszufüllen. Anschließend werden wir Sie ausführlich zu Ihren Erfahrungen mit dem computergestützten Training befragen. Sie können das Computerprogramm zu diesem Zeitpunkt entweder von Ihrem Computer löschen oder, wenn Sie dies bevorzugen, es weiter benutzen.

7. Abschließende Online-Fragebögen

Zwei und vier Wochen nach dem letzten Studientermin senden wir Ihnen eine E-Mail und bitten Sie, Fragebögen zu Ihrer Stimmung und Ihren Gefühlen, z. B. Angst und Depression, auszufüllen.

Um an der Studie teilnehmen zu können, müssen Sie die folgenden Kriterien erfüllen:

- Alter: zwischen 18 und 40 Jahre alt
- Fließende Deutschkenntnisse in Wort und Schrift
- Über ein Smartphone verfügen, das mit den Studienverfahren kompatibel ist (iOS 8 oder darüber, Android 6.0 oder darüber, nicht Huawei oder Oppo)
- Über einen Laptop verfügen, der mit den Studienverfahren kompatibel ist
- Motiviert und in der Lage sein, alle Studientermine und alle damit verbundenen Aufgaben (einschließlich der Stimmungsbewertungen über die Smartphone-App und das computergestützte Training) durchzuführen
- Sie erhalten derzeit keine (psychologische oder pharmakologische) Behandlung für eine psychische Störung oder für andere Formen von Stress oder Belastung
- Sie befinden sich derzeit nicht in einer Krise, die eine Behandlung erfordert.
- Sie erfüllen eine Reihe von Kriterien in Bezug auf Ihre Stimmung und Ihren aktuellen Zustand, die im Rahmen der ersten Reihe von Online-Fragebögen erhoben werden.

Freiwilligkeit und Anonymität

Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig. Sie können jederzeit und ohne Angabe von Gründen die Teilnahme an dieser Studie beenden, ohne, dass Ihnen daraus Nachteile entstehen. Auch wenn Sie die Studie vorzeitig abbrechen, haben Sie Anspruch auf entsprechende Versuchspersonenstunden für den bis dahin erbrachten Zeitaufwand.

Die im Rahmen dieser Studie erhobenen, oben beschriebenen Daten und persönlichen Mitteilungen werden vertraulich behandelt. So unterliegen diejenigen Projektmitarbeiter:innen, die durch direkten Kontakt mit Ihnen über personenbezogene Daten verfügen, der Schweigepflicht. Des Weiteren wird die Veröffentlichung der Ergebnisse der Studie in anonymisierter Form erfolgen, d. h. ohne dass Ihre Daten Ihrer Person zugeordnet werden können. Die Fotos, die Sie machen, bleiben auf Ihrem Smartphone und Laptop gespeichert, und Sie werden nicht gebeten, Kopien davon zu verschicken oder diese den Forscher:innen zu zeigen.

Datenschutz

Die Verarbeitung Ihrer oben beschriebenen Daten erfolgt pseudonymisiert durch die Arbeitseinheit Klinische Psychologie und Experimentelle Psychopathologie der Georg-August-Universität Göttingen unter Verwendung einer Nummer und ohne Angabe Ihres Namens. Es existiert eine Kodierliste, die Ihren Namen mit der Nummer verbindet. Die Kodierliste ist nur den Versuchsleiter:innen und dem Projektleiter zugänglich; das heißt, nur diese Personen können die erhobenen Daten mit Ihrem Namen in Verbindung bringen. Die Kodierliste wird nach Abschluss der Datenerhebung, spätestens aber am 30.07.27 vernichtet. Ihre

Daten sind dann anonymisiert. Damit ist es niemandem mehr möglich, die erhobenen Daten mit Ihrem Namen in Verbindung zu bringen. Die anonymisierten Daten werden mindestens 10 Jahre gespeichert. Solange die Kodierliste existiert, können Sie die Löschung aller von Ihnen erhobenen Daten verlangen. Ist die Kodierliste aber erst einmal gelöscht, können wir Ihren Datensatz nicht mehr identifizieren. Deshalb können wir Ihrem Wunsch nach Löschung Ihrer Daten nur so lange nachkommen, wie die Kodierliste existiert.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass besondere personenbezogene Daten (Gesundheitsdaten) von Ihnen verarbeitet werden und Sie für die Teilnahme an der Studie der Verarbeitung zustimmen müssen (Art. 9 DSGVO, Abs. 2, Buchstabe a). Im Rahmen der Studie wird Ihre E-Mail-Adresse und Ihre Telefonnummer erfragt werden. Ihre E-Mail-Adresse und Telefonnummer werden ausschließlich für die Studie benutzt, um Sie zum Beispiel an die Termine und Aufgaben während der Studie zu erinnern. Ihre E-Mail-Adresse und Telefonnummer wird für die Dauer der Studie gespeichert (etwa ein Jahr) und anschließend gelöscht. Ihre Daten werden am Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Experimentelle Psychopathologie (Prof. Dr. M. Woud) der Georg-August-Universität Göttingen in Übereinstimmung mit den Datenschutzgesetzen und nach aktuellem technischem Stand gespeichert und verarbeitet. Zugriff auf die Daten haben nur die an der Studie beteiligten Wissenschaftler:innen. Die bei der Studie abgegebenen Daten werden nicht zusammen mit Ihrer E-Mail-Adresse und Telefonnummer gespeichert. Die Smartphone-App (SEMA³, <https://sema3.com/>), mit der wir Sie zwischen den Terminen um Bewertungen bitten, sammelt über die Bewertungen hinaus keine weiteren Daten, d. h. sie sammelt keine persönlichen Daten oder Daten über z. B. den Standort Ihres Smartphones.

Es kann aufgrund der Daten aber nicht vollständig ausgeschlossen werden, dass die Daten Ihrer Person zugeordnet werden können. Das heißt, es kann unter bestimmten (meist speziellen) Konstellationen möglich sein, dass Ihre Daten mit Ihnen in Verbindung gebracht werden können. Ihre Daten werden deshalb vertraulich behandelt. Alle Personen, die mit den Daten in Kontakt kommen können, sind darüber belehrt worden, dass nach Landesdatenschutzgesetz schon der Versuch zur Zuordnung zu einer eindeutigen Person unter Strafe steht. Die Daten werden mindestens 10 Jahre gespeichert.

Nach Datenschutzgrundverordnung (DS-GVO) haben Sie folgende Rechte:

- Auskunft über Verarbeitung personenbezogener Daten (Art 15)
- Widerruf einer erteilten Einwilligung (Art 7)
- Berichtigung (Art 16)
- Löschung (Art 17)
- Einschränkung der Verarbeitung (Art 18)

Darüber hinaus können Sie sich mit Fragen jederzeit an den Datenschutzbeauftragten der Georg-August-Universität Göttingen und an eine Datenschutzaufsichtsbehörde wenden. Für die Georg-August-Universität Göttingen ist die Landesbeauftragte für den Datenschutz Niedersachsen (<https://www.lfd.niedersachsen.de/>) zuständig.

Die vollständig anonymisierten Daten werden über die Internet-Datenbank „Open Science Framework“ (<https://osf.io>) oder eine ähnliche Datenbank zugänglich gemacht. Dieses Vorgehen dient der Sicherstellung guter wissenschaftlicher Arbeit. Andere Forschende können dadurch beispielsweise die Auswertung nachvollziehen oder eine alternative Auswertung testen.

Vergütung

Wenn Sie die Studie mit allen ihren Aufgaben abschließen, erhalten Sie eine Vergütung in Höhe von 75 €, was etwa 12,5 € pro Stunde, die Sie für die Studie aufgewendet haben, entspricht. Wenn Sie die Studie vorzeitig abbrechen, haben Sie Anspruch auf entsprechende Vergütung für den bis dahin erbrachten Zeitaufwand.

Gesundheitsschutz

Während der Untersuchung selbst werden Sie keinen Gefahren oder Risiken ausgesetzt. Alle durchgeführten Aufgaben werden unter kontrollierten Bedingungen und unter ständiger Aufsicht von trainierten Untersuchungsleiter:innen durchgeführt. Die hierbei verwendeten Methoden wurden bereits in anderen Studien angewendet, wissenschaftlich untersucht und sind völlig unbedenklich. Bitte beachten Sie, dass für die Studie **keine** Wegversicherung abgeschlossen wurde.

Diese Untersuchung, die Informationen und die Einwilligungserklärung wurden von der zuständigen Ethikkommission geprüft und positiv beurteilt. Bei Fragen oder Problemen können Sie sich gerne an mich als Studienleitung oder an eine andere Kontaktperson wenden. Meine E-Mail-Adresse: simon.blackwell@uni-goettingen.de

Vielen herzlichen Dank für ihre Teilnahme!

Dr. Simon Blackwell
Prof. Dr. Marcella Woud