

Studieninformation: „Support Now“ Studie

Sehr geehrte Studieninteressierte, sehr geehrter Studieninteressierter

Wir freuen uns sehr über Ihr Interesse an unserer Studie «Support Now» (SNow). 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 (siehe Punkt 9).

1. Allgemeine Informationen und Ziele der Studie

Bei diesem Projekt handelt es sich um eine wissenschaftliche Studie, welche vom Lehrstuhl für Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie der Universität Zürich durchgeführt wird. Die Verantwortung zur Studie liegt bei Dr. Timon Elmer. Das Projekt wird vom Schweizerischen Nationalfonds finanziert und verfolgt keinerlei wirtschaftliche oder politische Interessen. Wir wollen herausfinden, wie man Smartphones nutzen kann, um im Alltag mehr Hilfe und Unterstützung von anderen zu bekommen. Das Projekt ist wichtig, weil Unterstützung von anderen bei vielen psychischen Problemen sehr helfen kann.

In der aktuellen Studie werden die Teilnehmer:innen über eine Smartphone-App Fragebögen ausfüllen, sowie zu unregelmässigen Zeitpunkten gezielte Hinweise erhalten, die darauf abzielen, die Teilnehmenden zu motivieren spezifische Personen aus ihrem Umfeld um soziale Unterstützung anzufragen. Unter **sozialer Unterstützung verstehen wir die nicht-professionelle Hilfe, die Sie von Partner:innen, Familienmitglieder:innen, Freund:innen oder anderen Bekannten erhalten.**

In dieser Studie versuchen wir herauszufinden, wie die Teilnehmenden auf diese Fragebögen und Hinweise reagieren und ob diese als hilfreich empfunden werden.

Bei dieser Studie handelt es sich um eine wissenschaftliche Untersuchung und nicht um eine psychologische Beratung oder Ähnliches.

2. Teilnahmevoraussetzungen

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

- Sie sind zwischen 18 und 70 Jahre alt.
- Sie beherrschen die deutsche Sprache.
- Sie arbeiten nicht nachts (z.B. im Schichtdienst).
- Sie besitzen ein Smartphone (iOS oder Android), welches Sie regelmässig benutzen.
- Sie sind auf der Suche bzw. auf der Warteliste für ambulante Psychotherapie oder haben einen Psychotherapietermin in mehr als 4 Wochen.
- Sie weisen milde oder moderate Werte in einem Fragenbogen für depressive Symptome auf.

- Sie haben keine Suizidgedanken (wird im Fragebogen erfragt).

3. Ablauf und Inhalt der Studie

Die Studie besteht aus drei Teilen: Einer Startbefragung, Smartphone-Fragebögen und kurze Hilfsangebote, um soziale Unterstützung zu fördern.

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 Teilnehmer:innen an 21 aufeinanderfolgenden Tagen zu sechs zufälligen Zeitpunkten während des Tages sowie am Ende des Tages 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 Teilnehmer:innen nach ihrem momentanen Empfinden und Erleben sowie zu sozialen Interaktionen befragt.

Hilfsangebote / Hinweise und Tipps: Während der Studie werden die Teilnehmer:innen zu unregelmässigen Zeitpunkten über ihre Smartphones Hinweise und Tipps zur Aktivierung von sozialer Unterstützung erhalten. Die Teilnehmer:innen werden dabei ermutigt, bestimmte Personen aus ihrem sozialen Unterstützungsnetzwerk zu aktivieren.

Nach der 21-tägigen Phase mit Smartphone-Fragebögen und Hilfsangebote/Tipps erhalten Sie den Abschlussfragebogen und die finanzielle Entschädigung.

Zeitaufwand

Die Startbefragung dauert ca. 40 Min. Danach erhalten Sie 5x pro Tag den Smartphone Fragebogen (ca. 1-2 Min.), sowie abends einen weiteren kurzen Smartphone Fragebogen (ca. 2 Min.). Der Zeitaufwand pro Woche beläuft sich also auf ca. 90 Minuten. Der Abschlussfragebogen wird ca. 20 Min in Anspruch nehmen.

4. Rechte der Teilnehmenden

Ihre Teilnahme an dieser Studie ist freiwillig. Wenn Sie sich zu einer Teilnahme entschliessen, können Sie diesen Entscheid 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.

5. 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 an der Studie dabei helfen, ihre sozialen Unterstützungsnetzwerke besser zu verstehen und vermehrt zu aktivieren. Das kann sich förderlich auf Ihre psychische Gesundheit, Ihr Wohlbefinden, sowie Ihre Beziehungen auswirken.

Zudem erhalten Sie eine Teilnahmeentschädigung (siehe Punkt 8 unten).

6. 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, ihr soziales Unterstützungsnetzwerk zu aktivieren. Während wir hoffen, dass diese Intervention hilfreich sein wird, 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 und zu diskutieren, 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.

7. 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:innen 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 anonymisierten Daten werden auf einem *Server der Universität Zürich* langfristig gespeichert, um die Auswertung der Studie vornehmen zu können. Über einen geschützten Download mittels der m-Path Plattform gelangen die Daten auf einen Server der Universität Zürich. Der anonymisierte Datensatz wird nur zur Überprüfung der vorgenommenen statistischen Analysen an andere Forschende herausgegeben, welche ebenfalls dazu verpflichtet sind, die Daten streng vertraulich zu behandeln. Zu keinem Zeitpunkt werden Ihre persönlichen Daten (Name, Adresse, etc.) weitergegeben.

8. Entschädigung der Teilnehmenden

Sie erhalten nach vollständiger Teilnahme an der Studie 60.- bis 120.- CHF. Dieser Betrag wird anhand Ihrer konstanten Teilnahme an den Smartphone-Fragebögen errechnet. Bei 50% der Fragebögen erhalten Sie 60 CHF. Dieser Betrag steigert sich bis zu 120 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 der Abschlussfragebogen notwendig.

Ein Anrecht auf zusätzliche Kompensation oder Entschädigung besteht nicht.

9. 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:

Dr. Timon Elmer
Universität Zürich
Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie
Binzmühlestrasse 14 / Box 14
CH-8050 Zürich
E-Mail: support.now@psychologie.uzh.ch oder timon.elmer@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).