25. - 27.09.2019
Greifswald

14. Kongress der Fachgruppe Gesundheitspsychologie

Das richtige Maß – Gesundheitspsychologie zwischen Individualisierung und Bevölkerungsbezug

Programmheft

Inhalt

Grußworte **5**

Prof. Dr. Johanna Eleonore Weber, Rektorin der Universität Greifswald 5

Prof. Dr. Silke Schmidt, Kongressleitung 6

Allgemeine Informationen **7**

Lageplan **8**

Programm **9**

Organisation & Programmkomitee **13**

Kongressbüro 13

Lokale Leitung 13

Organisationsteam 13

Wissenschaftliches Komitee 13

Summer School 24. & 25.09.2019 ..... **14**

Teil 1 – 24.09.2019 14

Teil 2 – 25.09.2019 14

Kongressbeiträge, Mittwoch 25.09.2019 ..... **15**

Kongresseröffnung – 14.00 Uhr 15

Keynote – Prof. David French, PhD 15

Slot 1 – 16.00 - 17.30 Uhr 16

Session – Social Support, Well-Being & Subjective Health 16

Symposium – Gesundheitspsychologie im interkulturellen Kontext 18

Session – Entwicklung und Validierung von Messverfahren 20

Postersession – 17.30 - 18.30 Uhr 22

Kongressbeiträge, Donnerstag 26.09.2019 ..... **37**

Slot 2 – 09.00 - 10.30 Uhr 37

Symposium – Digital Devices in Health Psychology Research: Opportunities and Limitations 37

Session – Patientenberichtete Indikatoren bei chronischen Erkrankungen 40

Session – Erfassung, Prädiktoren und Outcomes körperlicher Aktivität 42

Keynote – Prof. Elizabeth Murray, PhD 44

Slot 3 – 13.00 - 14.30 Uhr 45

Symposium – Children & Adolescents with Chronic Conditions: Challenges in Health Care & Intervention Research 45

Symposium – Interozeption und Gesundheit: Aktuelle Forschungsergebnisse, physiologische Mechanismen und methodische Grundlagen einer reliablen Messung 47

Symposium – Ich denke, also esse ich gesund? Wechselseitige Zusammenhänge von Kognitionen, Emotionen und Essverhalten 50

Slot 4 – 14.30 - 16.00 Uhr 53

Symposium – Regulating health and well-being within a dyadic context: New insights from studies with romantic couples and parent-child dyads 53

Symposium – Entwicklungslinien und Perspektiven der Gesundheitspsychologie 55

Session – Gesundheit und Prävention in Kindheit & Adoleszenz 57
Vorstellung der gesundheitspsychologischen Dissertationsreihe 59
Keynote – Prof. Claus Vögele, PhD 59
Diskussionsrunde 60
Kongressbeiträge, Freitag 27.09.2019 61
Slot 5 – 09.00 - 10.30 Uhr 61
Session – Investigating Theoretical Concepts in Health Behavior Research 61
Symposium – Wie Stress unsere Gesundheit beeinflusst und welche Maßnahmen präventiv helfen können 63
Session – Gesundheit in Lern- und Lehrkontexten 65
Keynote – Prof. Dr. Thomas Kubiak 67
Slot 6 – 11.30 - 12.30 Uhr 68
Session – Innovative Technologies in Health Psychology 68
Session – Ernährung, Essverhalten und Gesundheit 70
Session – Diagnostische Implikationen und Potenziale Hörsaal 3 – Moderation: Dr. Holger Mühlan 72
Verabschiedung 73
Autor*innenverzeichnis 75

Grußworte

Prof. Dr. Johanna Eleonore Weber, Rektorin der Universität Greifswald

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

zum 14. Kongress der Fachgruppe Gesundheitspsychologie der Deutschen Gesellschaft für Psychologie heiße ich Sie an der Universität Greifswald herzlich willkommen! Ich freue mich sehr, dass sich die Gesundheitspsychologie, der ich in meinem früheren Leben als Fachvertreterin für Differentielle Psychologie und Psychologische Diagnostik seit ihren Anfängen besonders eng verbunden war, in diesem Jahr in Greifswald trifft.

Die zentralen Themen der Gesundheitspsychologie spielen an der Universität Greifwald eine große Rolle. Das gilt natürlich zunächst für die Greifswalder Psychologie, an der Silke Schmidt-Schuchert seit etwas über zehn Jahren den Lehrstuhl für Gesundheit und Prävention innehat und mit ihrer großen Arbeitsgruppe ein inhaltlich umfassendes und umfangreich drittmittelgefördertes Forschungsprogramm verfolgt. Aber auch unsere Universitätsmedizin weist mit ihrem Forschungsschwerpunkt Community Medicine und Individualisierte Medizin eine besondere Nähe zu den Themen der Gesundheitspsychologie auf. Dazu gehören die Identifikation von Risikofaktoren für die sogenannten großen Volkskrankheiten im Rahmen einer der weltweit größten epidemiologischen Längsschnittstudien (der „Study of Health in Pomerania“ - SHIP), Maßnahmen der Prävention, individualisierte Therapien sowie neue Formen einer flächendeckenden Gesundheitsversorgung.

Mecklenburg-Vorpommern nennt sich ein Gesundheitsland, da Gesundheit in ihren unterschiedlichen Facetten ein für das Land gewichtiger Wirtschaftsfaktor ist. Wesentliche Bestandteile der Gesundheitswirtschaft sind natürlich der Tourismus und hier das spezifische Bemühen um „Gesundheitstourismus“, ein damit verbundenes vielfältiges Rehaangebot, zwei Universitätsmedizinen mit dem bundesweit höchsten Anteil von Medizin-Studienplätzen an den im Land insgesamt vorgehaltenen Studienplätzen sowie eine international renommierte Medizintechnik und Biotechnologie.

In vielerlei Hinsicht ist Mecklenburg-Vorpommern jedoch leider auch ein „Krankheitsland“, in dem im bundesweiten Vergleich die einschlägigen Risikofaktoren und gesundheitskritischen Verhaltensweisen stark ausgeprägt und verbreitet sind. Für die Gesundheitspsychologie an der Universität Greifswald ergibt sich daraus ein ungewollt ideales Betätigungsfeld und mit ihm die Chance, neben der (über)mächtigen Medizin die unersetzliche Bedeutung der Psychologie für die Gesundheit nachzuweisen. Daher freue ich mich sehr,

dass die Gesundheitspsychologie mit ihrem diesjährigen Kongress in Greifswald die Möglichkeiten aufzeigt, wie sehr die Psychologie dazu beitragen kann, dass sich der Anspruch des Landes auf ein „Gesundheitsland“ auch auf den Gesundheitsstatus der Bevölkerung übertragen lassen könnte.

Ich danke Silke Schmidt-Schuchert und ihrer Arbeitsgruppe sehr herzlich, dass sie den 14. Kongress der Fachgruppe Gesundheitspsychologie in Greifswald ausrichtet. Ich wünsche Ihnen anregende, austauschintensive Tage an unserer Universität, die angesichts ihres Alters – 1456 geboren und ohne einen Fehltag – über eine geradezu phänomenal robuste Gesundheit verfügt. Und genießen Sie das offenbar gesunderhaltende Leben in der kleinen traditionellen Hansestadt an der Ostseeküste!

Mit herzlichen Grüßen
Johanna Weber

Prof. Dr. Silke Schmidt, Kongressleitung

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

das Organisationskomitee des diesjährigen Kongresses Gesundheitspsychologie – unter dem Motto „Das richtige Maß – Gesundheitspsychologie zwischen Individualisierung und Bevölkerungsbezug“ – begrüßt Sie herzlich hier an der Universität Greifswald.

Mit dem gewählten Motto sollen Individualisierung, Bevölkerungsbezug und Versorgungsrelevanz als wichtige aktuelle Anforderungen an die Gesundheitspsychologie in den Fokus gerückt werden. Der Kongress versucht sich daher auch mit den Fragen auseinanderzusetzen, die sich aus diesen Herausforderungen ergeben – etwa inwiefern gesundheitspsychologische Ansätze individualisiert angewendet werden können, inwieweit gesundheitspsychologisch fundierte Erkenntnisse in bevölkerungsbezogenen Maßnahmen berücksichtigt werden und welche Versorgungsrelevanz gesundheitspsychologisch gestützte Interventionen besitzen.

Wir sind sehr dankbar dafür, dass so viele Kolleginnen und Kollegen unserer Einladung gefolgt sind, Beiträge einzureichen, die einerseits auf diese Fragen reagieren, andererseits aber auch die große methodische Bandbreite und inhaltliche Reichhaltigkeit der aktuellen gesundheitspsychologischen Forschung repräsentieren, und wir damit ein thematisch sehr vielfältiges Programm anbieten können.

Die international besetzten Keynote-Vorträge widmen sich unter anderem der Versorgungsrelevanz der Gesundheitspsychologie. Prof. David French von der Universität Manchester diskutiert die methodischen Herausforderungen der Implementierung komplexer Interventionen in der Versorgung. Prof. Elizabeth Murray vom University College London wird, als eine Pionierin der Anwendung und Erforschung digitaler Interventionsangebote für psychische und körperliche Erkrankungen in sehr unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen, über ausgewählte empirische Erfahrungen berichten.

Daneben möchten wir aus aktuellem Anlass im Anschluss an den Vortrag von Prof. Claus Vögele von der Universität Luxemburg zum Thema „Ausbildungs- und Berufsperspektiven von Gesundheitspsycholog*innen in Europa“ die Herausforderungen im Hinblick auf das Berufsbild des Gesundheitspsychologen vor dem Hintergrund der aktuellen Entwicklungen in Richtung eines Direktstudiengangs Psychotherapie diskutieren. Schließlich wird uns Prof. Thomas Kubiak vom Institut der Psychologie der Universität Mainz als ein führender Vertreter des ambulanten Assessments einen Einblick über aktuelle Innovationen in diesem Feld berichten.

Ergänzend zur Tagung wird die traditionelle Summer School für Nachwuchswissenschaftler*innen der Fachgruppe durchgeführt. Diese widmet sich dem Thema „Big Data in der Gesundheitspsychologie“ – wir freuen uns sehr, dass wir dafür mit Frau Prof. Hildebrandt von der Universität Oldenburg eine Expertin in der Modellierung und Anwendung datenintensiver Analyseverfahren für die Durchführung des Methoden-Workshops gewinnen konnten.

Ganz herzlich bedanken möchte ich mich bei den Mitgliedern des diesjährigen Programm-Komitees – Prof. Dr. Nina Knoll, Prof. Dr. Thomas Kubiak, Prof. Dr. Britta Renner, Prof. Dr. Christel Salewski, Prof. Dr. Urte Scholz, Prof. Dr. Angela Schorr, Prof. Dr. Andreas Schwerdtfeger und Prof. Dr. Petra Warschburger –, die die eingereichten Beiträge mit Sorgfalt begutachtet haben. Unser herzlicher Dank gilt allen Kolleginnen und Kollegen, die im Vorfeld durch ihre Einreichungen und Gutachtertätigkeiten aktiv beigetragen haben. Wir wünschen Ihnen spannende und angenehme Tage in Greifswald und hoffen auch, dass Sie die Möglichkeit nutzen können, die Stadt und die Region kennenzulernen. Ich wünsche Ihnen einige eindrucksvolle und inspirierende Kongresstage in Greifswald.

Mit herzlichen Grüßen
Silke Schmidt-Schuchert

Allgemeine Informationen

Veranstaltungsort

Campus Löfflerstraße
Hörsaalgebäude
Ernst-Lohmeyer-Platz 6
17489 Greifswald

Anmeldung und Rezeption

Die Rezeption befindet sich im Foyer des Hörsaalgebäudes und ist während der gesamten Kongresszeit besetzt.

Referent*innen/Autor*innen

Alle vortragenden Personen müssen sich als Teilnehmer*innen zum Kongress registrieren. Das Einsenden und die Zulassung eines Abstracts ersetzt nicht die reguläre Teilnahme-Anmeldung.

Hinweise für Moderierende und Vortragende

Bitte achten Sie aus Rücksichtnahme auf die nachfolgenden Vortragenden auf die strikte Einhaltung der im Programm genannten Redezeiten.

Technische Ausstattung der Räumlichkeiten

Alle Vortragssäle sind mit PCs, Beamer und Leinwand ausgestattet. Das Mitbringen eigener Laptops ist nicht erwünscht. Soweit notwendig verfügen die Räume über eine entsprechende Beschallungsanlage und Rednerpulte.

Garderobe

Es besteht die Möglichkeit die Garderobe im Kellergeschoss des Hörsaalgebäudes zu nutzen. Haftung für die abgelegten Sachen kann nicht übernommen werden.

Einreichen der Präsentation

Bitte geben Sie Ihre Präsentation bis 30 Minuten vor Sessionbeginn im Kongressbüro ab. Diese wird anschließend mittels eines zentralen Datenservers auf den PCs in den Vortragsräumen aufrufbar sein. Bei Fragen wenden Sie sich an das technische Personal.

Auf allen gestellten PC-Rechnersystemen sind mindestens folgende Softwareversionen installiert: Microsoft Windows XP-Pro, Microsoft MS-Office Version 2007 mit Word, Excel, Powerpoint, Microsoft Media Player Standardkonfiguration.

Poster

Ihr Poster hängen Sie bitte bis spätestens 16.00 Uhr an den ausgewiesenen Flächen in der Posterausstellung im 1. OG des Hörsaalgebäudes auf, Befestigungsmaterial für die Poster wird zur Verfügung gestellt.

Bitte stellen Sie sicher, dass Sie sich während der Postersession am Mittwoch von 17.30 – 18.30 Uhr an Ihrem Poster befinden. Die Poster bleiben über den Kongresszeitraum hängen und sind am Freitag nach Kongressende abzunehmen.

Verpflegung

Die Verpflegung in den Kaffeepausen am Vor- und Nachmittag ist in der Kongressgebühr enthalten.

Während der Mittagspausen steht Ihnen in der Mensa des Campus ein vielfältiges Angebot kostenpflichtig zur Verfügung.

W-LAN

Während des Kongresses steht Ihnen kostenfrei eine W-LAN Verbindung zur Verfügung. Bitte verwenden Sie die nachfolgend genannten Einstellungen, um sich mit dem W-LAN zu verbinden

Drahtlosnetzwerkname: tagung
Zugangspasswort: JDc568RT

Bitte achten Sie beim Passwort auf die exakte Schreibweise (auch Groß- und Kleinschreibung).

Eine weitere Möglichkeit besteht in der Nutzung von eduroam. Wenn Sie in Ihrer Einrichtung eduroam nutzen, können Sie sich mit den Zugangsdaten Ihrer Einrichtung einloggen.

Mitgliederversammlung der Fachgruppe Gesundheitspsychologie

Mittwoch, 25. September 2019, 18.30 – 20.00 Uhr
Ort: Hörsaal 4, Campus Löfflerstraße

Gesellschaftsabend

Der Gesellschaftsabend des 14. Kongresses der Fachgruppe Gesundheitspsychologie findet am Donnerstag, den 26.09.2019, ab 20:00 Uhr im Restaurant „Poro“ am Marktplatz (Rakower Str. 11) statt.

Ablauf:

20.00 Uhr: offizieller Beginn & Eröffnung des Buffets
Ab ca. 22.00 Uhr: DJ-Musik
01.00 Uhr: Veranstaltungsende

Lageplan

1 Campus Löfflerstraße, Ernst-Lohmeyer Platz

2 Audimax, Rubenowstraße 1

3 Hornfischbar auf der Pomeria, Salinenstraße/An den Ryckbrücken

4 Restaurant Poro, Rakower Straße 11

5 Bahnhof

Programm

Dienstag, 24.09.2019

13.00	**Anmeldung zur Summer School**
14.00	**Summer School Teil 1** Workshop: Big Data in der Gesundheitspsychologie, Prof. Dr. Andrea Hildebrandt Audimax, Sprachlabor II
19.30	**Get-together der Summer School Teilnehmenden** Hornfischbar auf der Pomeria, Salinenstraße / An den Ryckbrücken, 1489 Greifswald

Mittwoch, 25.09.2019

<table>
<tr><td>09.00
-
13.00</td><td>Summer School Teil 2
Seminarraum 2.14</td><td rowspan="2">Anmeldung zum Kongress /
Congress registration
Foyer, Erdgeschoss</td></tr>
<tr><td>13.00</td><td>Mittagspause / Lunch</td></tr>
<tr><td>14.00</td><td colspan="2">Eröffnung / Opening
Grußwort der Rektorin der Universität Greifswald: Prof. Dr. Johanna Eleonore Weber
Hörsaal 4</td></tr>
<tr><td>14.30
-
15.30</td><td colspan="2">Keynote: Prof. David French, PhD
Developing, evaluating and implementing complex interventions into healthcare settings: The contribution of health psychology
Hörsaal 4</td></tr>
<tr><td>15.30</td><td colspan="2">Kaffeepause / Coffee break
Foyer Erdgeschoss</td></tr>
<tr><td>16.00
-
17.30</td><td colspan="2">Slot 1

Social Support, Well-Being & Subjective Health

Time pressure, emotional exhaustion and the role of social support: a longitudinal multilevel analysis
Maas, Jasper

The role of social support from parents, teachers, and peers for school students' well-being
Hoferichter, Frances

The relation between overweight, weight-stigma, and well-being: a meta-analysis
Emmer, Christine

Health across the life span: Latent trajectories following critical life events
Sacchi, Livia

Hörsaal 1

Gesundheitspsychologie im interkulturellen Kontext

Genauigkeit in der Wahrnehmung von Lebensstilrisiken und gesellschaftlichen Risiken: Ein Vergleich zwischen Deutschland und Israel
Kollmann, Josianne

Jung und Alt gesellt sich gern? Die Rolle intergenerativer Kontakte im internationalen Vergleich
Klusmann-Weißkopf, Verena

Das Konzept von traditionellem und modernem Essverhalten in zehn Ländern: Mehr als Nährstoffaufnahme
Sproesser, Gudrun

Mechanismen der Gesundheits-verhaltensänderung: Dentalhygiene in Polen, China, Iran und Indien
Schwarzer, Ralf

Hörsaal 2

Entwicklung und Validierung von Messverfahren

Faktorstruktur und Messinvarianz über die Zeit für den deutschsprachigen Patient Health Questionnaire-8 (PHQ-8)
Moehring, Anne

Das Potential naturalistischer Verhaltens-daten als Indikatoren kindlichen Wohlbefindens: Methodische Herausforde-rungen in der Anwendung des Electronically Activated Recorders
Bischoff, Marie

Validierung der deutschen Version der Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)
Mikhof, Anna

Einsamkeit in Deutschland: Messinvarianztestungen und Vergleiche zwischen Geflüchteten, der deutschen Bevölkerung mit und ohne Migrationshintergrund
Tibubos, Ana Nanette

Hörsaal 3</td></tr>
</table>

Mittwoch, 25.09.2019

17.30 - 18.30	**Poster Session** Foyer Obergeschoss Imbiss: Foyer Erdgeschoss
19:00	**Mitgliederversammlung der Fachgruppe Gesundheitspsychologie** Hörsaal 4

Donnerstag, 26.09.2019

Slot 2

	Digital Devices in Health Psychology Research: Opportunities and Limitations	**Patientenberichtete Indikatoren bei chronischen Erkrankungen**	**Erfassung, Prädiktoren und Outcomes körperlicher Aktivität**
09.00 - 10.30	The Potential of App-Based Mobile Interventions for Changing Eating Behaviors: A Systematic Review and Meta-Analysis *Wahl, Deborah Ronja* The downside of the digital world: The association between daily smartphone use and exhaustion *Schenkel, Konstantin* Digital detox as solution? – Effects of a timeout from smartphone use on health-related variables *Schenkel, Konstatin* Accelerometer-assessed Physical Activity and its Links to Willpower Beliefs in Patients with Knee Osteoarthritis *Di Maio, Sally* Using Accelerometers in Couple Studies: How Romantic Partners Mirror Each Other's Physical Activity *Keller, Jan*	Settingsensitive Konzeptualisierung der Lebensqualität im Kontext der telemedizinischen Versorgung – Ergebnisse einer qualitativen Befragung chronisch physisch oder psychisch erkrankter Personen *Greffin, Klara* Subjektives Wohlbefinden von Patienten mit chronischen (dermatologischen) Erkrankungen *Peifer, Corinna* Bedarfe und Erwartungen von Patienten mit seltenen Erkrankungen *Bloemeke, Janika* Schlaftraining für Patienten mit chronischen Schmerzen und komorbider Insomnie: Die Wirkung auf Schlafqualität und Schmerzwahrnehmung *Onderka, Christiane*	Kann die bevölkerungsbezogene Erfassung körperlicher Aktivität mittels Selbstbericht durch eine Videodemonstration der Intensitätsgrade verbessert werden? *Siewert-Markus, Ulrike* Motiviert die Identifikation mit der Trainingsgruppe ältere Erwachsene an einem Sturzpräventions-programm teilzunehmen? *Steckhan, Greta* Wieso? Weshalb? Warum? - Prädiktoren für die Intention älterer Menschen, einen körperlich-aktiven Lebensstil zu führen *Labudek, Sarah* Selbstwirksamkeit für körperliche Aktivität im Alter – Eine Frage der Formulierung? *Warner, Lisa Marie*
	Hörsaal 1	Hörsaal 2	Hörsaal 3
10.30	**Kaffeepause / Coffee break** Foyer Erdgeschoss		
11.00 - 12.00	**Keynote: Prof. Elizabeth Murray, PhD** Digital health interventions: Promise and pitfalls Hörsaal 4		
12.00	**Mittagspause / Lunch**		

Donnerstag, 26.09.2019

	Slot 3		
13.00 - 14.30	**Children & Adolescents with Chronic Conditions: Challenges in Health Care & Intervention Research** Pathways and barriers to psychosocial care for families with children with rare diseases – an expert survey *Bullinger, Monika* From Asthma to preterm birth – effects of different education programs in pediatric health care *Menrath, Ingo* Quality of life profile in children/ adolescents with chronic conditions: A meta-analysis with the KIDSCREEN questionnaires *da Silva, Neuza* Transition Competence as an indicator for health outcomes related to transition *Markwart, Henriette*	**Interozeption und Gesundheit: Aktuelle Forschungsergebnisse, physiologische Mechanismen und methodische Grundlagen einer reliablen Messung** Die Veränderung der interozeptiven Akkuranz über die Lebensspanne *Nusser, Lisa* Orthorektisches Essverhalten und Interozeption bei Normalgewichtigen *Hierhager, Mario* Der Einfluss von Energy-Drink-Konsum auf interozeptive Prozesse und deren neuronale Korrelate bei Ängstlichkeit *Mai, Sandra* Physiologische Mechanismen der kardialen Interozeption: Bedeutung für eine reliable Messung der kardialen Interozeptionsgenauigkeit *Herbert, Beate M.* Interozeption bei akutem Stress und Stress-assoziierten Erkrankungen *Schulz, André*	**Ich denke, also esse ich gesund? Wechselseitige Zusammenhänge von Kognitionen, Emotionen und Essverhalten** Sind situative kompensatorische Gesundheitsüberzeugungen mit nachfolgender Kompensation assoziiert? Ergebnisse einer intensiven Längsschnittstudie *Amrein, Melanie Alexandra* „Wie viel Zucker enthält dieser Muffin?“ VerbraucherInnen überschätzen den Zuckergehalt von Speisen *König, Laura M.* Welche Eigenschaften von Obst- und Gemüseplänen begünstigen die Planausführung? Eine digitale Interventionsstudie *Domke, Antonia* Bidirektionale Zusammenhänge von Stress und körperlicher Aktivität sowie gesundem Essverhalten *Schultchen, Dana* Posting for Health – Ein Feldexperiment zum Einfluss der Nutzung sozialer Medien auf gesundes Essverhalten *Kilb, Michael*
	Hörsaal 1	Hörsaal 2	Hörsaal 3
	Slot 4		
14.30 - 16.00	**Regulating health and well-being within a dyadic context: New insights from studies with romantic couples and parent-child dyads** Daily emotion regulation in couples transitioning to retirement: rumination and qualities of social sharing *Horn, Andrea B.* A dyadic intervention to improve physical activity: Does the participating partner benefit? *Berli, Corina* How are sleep duration and alertness affected by daily media consumption in mother-child dyads? *Lüscher, Janina* Happy hour? Longer meal duration improves children’s diet quality but not mealtime atmosphere *Dallacker, Mattea*	**Entwicklungslinien und Perspektiven der Gesundheitspsychologie** Themen, Theorien und Methoden der Gesundheitspsychologie: Ein Blick zurück und nach vorne *Faltermaier, Toni* Wie viel Gesundheitspsychologie steckt in der Gesundheitsförderung? *Kohlmann, Carl-Walter* Reaktanz: (k)ein Thema für die gesundheitspsychologische Forschung?! *Sieverding, Monika* Gesundheitspsychologie und Digitalisierung *Salewski, Christel*	**Gesundheit und Prävention in Kindheit & Adoleszenz** Funktionelle Bauchschmerzen bei Kindern? Ist eine schmerzspezifische Behandlung wirksamer als eine Aufmerksamkeitskontrolle? *Warschburger, Petra* Coping with cola? – Psychische Auffälligkeiten sagen den Erfrischungsgetränkekonsum von Kindern und Jugendlichen in Deutschland vorher *Kadel, Philipp* Prävalenz von problematischem Alkoholkonsum und assoziierte Faktoren in einer repräsentativen Stichprobe Jugendlicher und junger Erwachsener *Wartberg, Lutz* Gesundheit und Wohlbefinden im Übergang ins Erwachsenenalter – eine qualitative Studie über gelingendes Erwachsenwerden *Rogge, Frederike*
	Hörsaal 1	Hörsaal 2	Hörsaal 3
16.00	**Vorstellung der Gesundheitspsychologischen Dissertationsreihe** Hörsaal 2 **Kaffeepause / Coffee break** Foyer Erdgeschoss		

Donnerstag, 26.09.2019

16.30 - 17.30	**Keynote: Prof. Claus Vögele, PhD** Ausbildungs- und Berufsperspektiven von Gesundheitspsycholog*innen in Europa Hörsaal 4
17.30 - 18.30	**Diskussionsrunde / Panel** Die Versorgungsrelevanz der Gesundheitspsychologie: Bedeutung für den Direktstudiengang Hörsaal 4
20.00	**Gesellschaftsabend mit Verleihung der Posterpreise / Congress dinner with poster award ceremony** Restaurant Poro, Rakower Straße 11

Freitag, 27.09.2019

	Slot 5		
09.00 - 10.30	**Investigating Theoretical Concepts in Health Behavior Research** Social inequality and health behaviours: Role of theory-based determinants *Schüz, Benjamin* Examining the cultivation and enabling hypothesis of social support in the context of physical activity *Schwaninger, Philipp* Motivational and momentary influences on adult smoking: An application of Temporal Self-Regulation Theory *Jones, Christopher M.* Boosting vaccination intentions (and behaviour?) with knowledge about sequelae *Eitze, Sarah* Hörsaal 1	**Wie Stress unsere Gesundheit beeinflusst und welche Maßnahmen präventiv helfen können** Essen gegen Stress? Interindividuelle Unterschiede beim stressbedingtes Verlangen und Konsum von Nahrungsmitteln im Alltag *Reichenberger, Julia* Der Zusammenhang von interozeptiver Akkuranz und chronischem Stress *Pollatos, Olga* Insights: Der Einsatz passiven Smartphone-Trackings zur Vorhersage aktueller Befindlichkeitsparamter *Messner, Eva-Maria* Effekte einer achtwöchigen Body-Scan-Intervention auf subjektive und objektive Stressparameter *Schillings, Christine* Hörsaal 2	**Gesundheit in Lern- und Lehrkontexten** Prokrastination und Gesundheit bei Studierenden *Gusy, Burkhard* Prävention psychischer Beanspruchung im Lehrer*innenberuf – Die Rolle personaler Gesundheitsressourcen bei Lehramtsstudierenden *Bauer, Jana Felicitas* Evaluation einer positiv-psychologischen Verhaltensprävention für Lehrkräfte: Ergebnisse einer multimethodalen Untersuchung *Gouasé, Natalie* Ökonomische Erfassung der subjektiven Gesundheitskompetenz – Validierung und vergleichende Analysen semantisch aggregierter Kurzform-Alternativen des HLS-EU-Q in einer Studierendenpopulation *Muehlan, Holger* Hörsaal 3
10.30 - 11.15	**Keynote: Prof. Dr. Thomas Kubiak** Monitoring von Verhalten und Erleben – Ambulantes Assessment in der Gesundheitspsychologie Hörsaal 4		
11.15	**Kaffeepause / Coffee break** Foyer Erdgeschoss		

Freitag, 27.09.2019

11.30 - 12.30	Slot 6		
	Innovative Technologies in Health Psychology Communication Via Brain-Computer Interfaces (BCIs) in Acquired Brain Injury: Sociotechnical Systems in Health Care *Brukamp, Kirsten* The Multiple Food Test: A new tool to measure food choices and applied nutrition knowledge *Schreiber, Mike* With Every Heartbeat: Examining the Association Between Heart Rate and Sense of Presence in a Virtual Thunderstorm *Tomczyk, Samuel*	**Ernährung, Essverhalten und Gesundheit** Wissen wir was wir genießen? Genauigkeit von vorhersagter Esszufriedenheit *Villinger, Karoline* Intrinsische Motivation für die Nahrungszubereitung mit Kindern: Eine Untersuchung von personalen und Kontext-Faktoren *Dohnke, Birte* Lebensmittel als mögliche Infektionsquelle von Antibiotikaresistenzen: Prädiktoren von präventivem Verhalten *Freivogel, Claudia*	**Diagnostische Implikationen und Potenziale** Reaktivität bei wiederholten Messungen körperlicher Aktivität mittels Akzelerometer *Ullrich, Antje* Angst vor körperlicher Bewegung bei Patient_ innen mit chronischer Herzinsuffizienz - eine psychophysiologische Konstruktvalidierung im Schreckreflex Experiment *Hoffmann, Jeremia Mark* Stress und Migration – Einflussfaktoren des interkulturellen Erfolgs *Genkova, Petia*
	Hörsaal 1	Hörsaal 2	Hörsaal 3
12.30	**Verabschiedung mit Präsentation der Posterpreise und Verleihung des Forschungspreises / Farewell adress with research award ceremony and presentation of poster awards** Hörsaal 4		

Organisation & Programmkomitee

Kongressbüro

Universität Greifswald
Institut für Psychologie
Lehrstuhl Gesundheit und Prävention

Robert-Blum-Str. 13
17489 Greifswald

gp2109@uni-greifswald.de
https://gp2019.uni-greifswald.de

Lokale Leitung

Prof. Dr. Silke Schmidt

Organisationsteam

Prof. Dr. Silke Schmidt
Dr. Holger Mühlan
Dr. Samuel Tomczyk
Katrin Stegemann

Wissenschaftliches Komitee

Prof. Dr. Nina Knoll
Freie Universität Berlin

Prof. Dr. Thomas Kubiak
Universität Mainz

Prof. Dr. Britta Renner
Universität Konstanz

Prof. Dr. Christel Salewski
Fernuniversität Hagen

Prof. Dr. Silke Schmidt
Universität Greifswald

Prof. Dr. Urte Scholz
Universität Zürich

Prof. Dr. Angela Schorr
Universität Siegen

Prof. Dr. Andreas Schwerdtfeger
Universität Graz

Prof. Dr. Petra Warschburger
Universität Potsdam

Summer School 24. & 25.09.2019

Teil 1 – 24.09.2019

14.00 - 19.00 Uhr, Sprachlabor II - Audimax, Rubenowstraße 1, 17489 Greifswald

Prof. Dr. Andrea Hildebrandt

Workshop
"Big Data in der Gesundheitspsychologie"

Obwohl der Begriff "Big Data" in den letzten Jahren zu einem diffusen Schlagwort geworden ist, findet er sich zwar in gesundheitspolitischen Debatten, aber noch nicht gleichermaßen in gesundheitspsychologischer Forschung repräsentiert.

Im Rahmen des Workshops am ersten Tag sollen die Jungwissenschaftler*innen daher an das Thema herangeführt werden, Anwendungskontexte und -möglichkeiten erfahren und Vor- und Nachteile der Methodik selbstständig erarbeiten. Ziel ist, ein forschungsorientiertes, reflektiertes Verständnis des Themas "Big Data", insbesondere im Kontext der Gesundheitspsychologie, zu fördern und Bezüge zu den eigenen Interessen und Forschungsschwerpunkten herzustellen, die für die weitere berufliche Laufbahn und Karriereplanung hilfreich sein können.

In diesem Workshop wird Andrea Hildebrandt erste Einblicke in die Taxonomie der Verfahren zur Analyse großer Datensätze geben, die durch eine hohe Anzahl gemessener Variablen gekennzeichnet sind und in der Regel für die Vorhersage oder Klassifikation zukünftiger Beobachtungen eingesetzt werden. Einige Verfahren wie die regularisierte Regression, Entscheidungsbäume und neuronale Netze werden detaillierter eingeführt.

Robuste Kenntnisse der generalisierten multiplen Regression mit metrischen und kategorialen Prädiktoren gelten als Voraussetzung, um dem Workshop folgen zu können. Die Verfahren werden in der R Software für Statistik veranschaulicht. Grundkenntnisse der R Sprache erleichtern das Verständnis der Anwendungsbeispiele.

Teil 2 – 25.09.2019

9.00 - 13.00 Uhr, Seminarraum 2.14, Ernst-Lohmeyer Platz 3, 17489 Greifswald

Der zweite Teil der Summer School bietet Jungwissenschaftler*innen der Fachgruppe Gesundheitspsychologie die Gelegenheit, eigene Forschungsarbeiten, z. B. das eigene Promotionsvorhaben, zu präsentieren und von Peers sowie einem Expert*innengremium aus der Fachgruppe Gesundheitspsychologie – Frau Prof. Warschburger, Herr Prof. Ebert, Frau Prof. Klusmann, Frau Prof. Salewski und Herr Prof. Carl-Walter Kohlmann – konstruktive Rückmeldungen zu erhalten und Ideen, Ansätze und offene Fragen mit ihnen zu diskutieren.

Kongressbeiträge, Mittwoch 25.09.2019

Kongresseröffnung – 14.00 Uhr

14.00 Uhr, Hörsaal 4

Eröffnung durch Prof. Dr. Silke Schmidt als Organisatorin und Grußwort der Rektorin der Universität Greifswald Prof. Dr. Johanna Eleonore Weber

Keynote – Prof. David French, PhD

14.30 - 15.30 Uhr, Hörsaal 4
Moderation: Prof. Dr. Silke Schmidt

Prof. David French, PhD

Developing, evaluating and implementing complex interventions into healthcare settings: The contribution of health psychology

Many health psychology interventions are delivered face-to-face, and therefore struggle to reach large numbers of people. By contrast, I will present research on interventions that are designed to reach entire populations through the National Health Service (NHS) in England.
The research will include the evaluation and refinement of the NHS Diabetes Prevention Programme, and a series of linked studies to establish the feasibility of implementation of risk-stratified screening in the NHS Breast Screening Programme. This research will aim to show how health psychology contributes to these national programmes, as part of multidisciplinary teams.

After studying at the Universities of Hull and Cardiff, David French worked as a research assistant at the University of Leicester, before completed his PhD at Guys, Kings and St Thomas Medical School, University of London in 1999. This was followed by a Wellcome Trust Training Fellowship in Health Services Research at the Institute of Public Health, University of Cambridge. He then worked as a Lecturer at the University of Birmingham and as Reader and then Professor at Coventry University. In October 2012 he moved to the University of Manchester as Professor of Health Psychology.

Slot 1 – 16.00 - 17.30 Uhr

Session – Social Support, Well-Being & Subjective Health

Hörsaal 1 – Moderation: Prof. Dr. Martin Eisemann

Time pressure, emotional exhaustion and the role of social support: a longitudinal multilevel analysis

Maas, Jasper[1]; Schoch, Simone[1]; Scholz, Urte[2], Rackow, Pamela[3]; Schüler, Julia[4]; Wegner, Mirko[5]; Keller, Roger[1]

Background: Time pressure is strongly related to health problems, such as emotional exhaustion. Previous studies point out reciprocal effects between time pressure and emotional exhaustion, which may lead to a negative spiral. Moreover, research demonstrates that social support can reduce the harmful effect of strain. The goal of the current research is to examine reciprocal effects between teachers' time pressure and emotional exhaustion as well as buffer effects of received social support from school leaders.

Methods: Based on longitudinal data of teachers from the German-speaking part of Switzerland in the school year 2017/18 (N = 1070) we present a random intercept cross-lagged panel model. This model enables to detect reciprocal effects by separating within-person changes from between-person relations. Moderation of these effects by social support is examined by creating interaction terms.

Results: The temporal stable components of time pressure, emotional exhaustion and social support at the between-person level are moderately to strongly related (β = -.17 up to .66, p < .001). Effects at the within-person level across three measurement points do not reach statistical significance. An interaction between received social support from school leaders and time pressure or emotional exhaustion cannot be demonstrated.

Discussion: The model does not present reciprocal effects between time pressure and emotional exhaustion within teachers. Also, a moderation by received social support is not confirmed. Across one school year, relations between temporal stable components at the between-person level appear to outweigh within-person changes.

Keywords: Job demands-resources model – occupational health – emotional exhaustion – social support – schools

Contact: jasper.maas@phzh.ch

[1] Pädagogische Hochschule Zürich, [2] Universität Zürich, [3] University of Stirling, [4] Universität Konstanz, [5] Humboldt Universität zu Berlin

The role of social support from parents, teachers, and peers for school students' well-being

Hoferichter, Frances[1]; Hufenbach, Miriam[1]

Students' well-being is related to low school related stress and positive academic outcomes. Additionally, high quality social relationships have been identified to support student´s health development. However, it is not clear how support from parents, teachers, and peers relates to students' psychological, physical well-being and self-worth.

A total of 709 school students (M_{age}=13.55, SD=0.41) participated in the study during June 2018. Students were assigned to groups of low vs. high well-being, according to the standard values of the scales. Using the statistical program R, probit models were calculated in order to estimate the impact of parental, teacher, and peer support for students' assignment to the respective groups.

Based on average marginal effects, higher support from parents and teachers significantly increased the probability of students' assignment to the high physical well-being group (parents: AME = 0.155, SE = 0.048, p = 0.001; teachers: AME = 0.103, SE = 0.033, p = 0.002) and high self-worth group (parents: AME = 0.215, SE = 0.049, p = 0.000; teachers: AME = 0.086, SE = 0.034, p = 0.01). The probability of students' assignment to the high psychological well-being group is significantly related to parental (AME = 0.09, SE = 0.041, p = 0.03) and peer support (AME = 0.078, SE = 0.027, p = 0.004).

Results indicate that while parental support was important for all aspects of students' well-being, teachers' role was limited to physical well-being and self-worth. Students' peers had a unique role regarding the psychological well-being. Practical implications are being discussed.

Keywords: well-being – social supportive relationships – secondary school students

Contact: frances.hoferichter@uni-greifswald.de

[1] Universität Greifswald

The relation between overweight, weight-stigma, and well-being: a meta-analysis

Emmer, Christine[1]; Bosnjak, Michael[2,3]; Mata, Jutta[1]

Background: One third of the world's population is overweight or obese. Importantly, many people with overweight and obesity experience weight stigma. While there has been some research on the relation between weight stigma and well-being, no quantitative synthesis of the empirical evidence is available to date. This

meta-analysis fills this gap by quantifying the association between weight stigma and well-being/mental health. Age, gender, and factors presumed to exert a protective role (i.e., adaptive coping strategies, perceived social support) were tested as potential moderators.

Method: We conducted a three-level meta-analysis under a random-effects assumption including 79 eligible studies (44,752 participants, 371 effect sizes).

Results: The meta-analytic model revealed a medium to large negative association between weight stigma and well-being/ mental health (r = -.39). The overall association remained significant when controlling for publication year, education, body weight, and obesity. There was substantial heterogeneity in effect sizes between studies and within studies. Surprisingly, all moderator hypotheses had to be rejected.

Discussion: The correlative evidence for the negative consequences of weight stigma for a range of well-being and mental health outcomes emphasizes that addressing weight stigma is a promising avenue to improve and protect the psychological (and also somatic) functioning of individuals with overweight or obesity.

Keywords: meta-analysis – weight stigma – overweight – obesity

Contact: emmer@uni-mannheim.de

[1] Universität Mannheim, [2] Leibniz-Zentrum für Psychologische Information und Dokumentation,
[3] Universität Trier

Health across the life span: Latent trajectories following critical life events

Augsburger, Mareike[1]; Sacchi, Livia[1]

Background: Despite diverse investigations, a replication of findings concerning physical and mental health trajectories over the course of time after adverse life events is difficult and inconsistent. Researchers still struggle to accurately identify individuals liable to psychopathological outcomes. A potential explanation is the routine employment of small potentially non-representative samples and under-powered analyses as well as the neglect of potential moderator variables.

Methods: The aim of this project is to understand the impact of adverse life events on trajectories of physical and mental health. Systematic patterns within different health outcomes will be modeled by applying latent growth mixture models. Data will be derived from the representative German Family Panel (pairfam). Statistical analyses will be performed on eight waves including all individuals born in three cohorts with around 12`0000 participants. Latent trajectories of different health outcomes will be modeled related to critical life events between wave five and seven. In a subsequent step, the impact of potential covariates (e.g. sociodemographic information, personality traits, other events) will be taken into account.

Results: Currently, analyses and pre-processing of data are in progress. We expect to find not only at least three different health trajectories (resilient, vulnerable and less affected individuals without a large number of adverse events) but also a substantial impact of covariates on these trajectories.

Discussion: The findings will not only provide robust insights into the long-term impact of adverse events on health, but might guide in how to best tailor interventions for individuals in need.

Keywords: trajectories – pairfam – LGMM – mental health

Contact: m.augsburger@psychologie.uzh

[1] Universität Zürich

Genauigkeit in der Wahrnehmung von Lebensstilrisiken und gesellschaftlichen Risiken: Ein Vergleich zwischen Deutschland und Israel

Kollmann, Josianne[1]; Benyamini, Yael[2]; Lages, Nadine C.[1]; Debbeler, Luka Johanna[1]; Renner, Britta[1]

Hintergrund: Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass wir uns beim Treffen von Entscheidungen über Gesundheit und Sicherheit nicht immer am meisten Sorgen um die dringlichste Bedrohung machen. In der vorliegenden Studie wurde der Einfluss des Expositionsniveaus gegenüber Gefahren auf die sogenannte „risk perception gap“ untersucht, indem vier Lebensstilrisiken sowie ein gesellschaftliches Risiko zwischen Deutschland und Israel verglichen wurden.

Methode: Insgesamt nahmen 532 Personen an einer Online-Umfrage teil (Deutschland: N = 269, Israel: N = 263), in der die Risikowahrnehmung und das Expositionsniveau gegenüber Lebensstilrisiken (Ernährung, körperliche Aktivität, Alkohol- und Tabakkonsum) sowie einem gesellschaftlichen Risiko (Terroranschläge) erfasst wurden.

Ergebnisse: Die Expositionsniveaus unterschieden sich signifikant zwischen den Stichproben. Die deutsche Stichprobe gab eine höhere Exposition gegenüber Alkoholkonsum und einer ungesunden Ernährung an als die israelische Stichprobe, jedoch eine niedrigere Exposition gegenüber körperlicher Inaktivität, $p<0{,}001$, $d>.27$. Darüber hinaus gab die deutsche Stichprobe erwartungsgemäß deutlich niedrigere Expositionsniveaus gegenüber Terroranschlägen an (Deutschland: 17%; Israel: 54%). In der Gesamtstichprobe waren höhere Expositionsniveaus im Allgemeinen mit einem höheren wahrgenommenen Risiko verbunden, was auf eine relative Wahrnehmungsgenauigkeit hinweist. Im länderübergreifenden Vergleich zeigte sich diese relative Genauigkeit jedoch nur für das gesellschaftliche Risiko und für ein Lebensstilrisiko (Alkoholkonsum). Israelis gaben ein höheres wahrgenommenes Terrorrisiko und ein geringeres Risiko durch Alkoholkonsum an, unterschätzten jedoch das Risiko körperlicher Inaktivität, während Deutsche ihre ernährungsbedingten Risiken unterschätzten.

Diskussion: Die Daten deuten darauf hin, dass die “risk perception gap” unterschiedliche kulturelle Normen und Erfahrungen widerspiegelt, und dass Lebensstilrisiken möglicherweise schwieriger einzuschätzen sind als gesellschaftliche Risiken.

Keywords: Risikowahrnehmung – Lebensstilrisiken – Terrorrisiko

Kontakt: josianne.kollmann@uni-konstanz.de

[1] Universität Konstanz, [2] Tel Aviv University

Jung und Alt gesellt sich gern? Die Rolle intergenerativer Kontakte im internationalen Vergleich

Klusmann-Weißkopf, Verena[1]; Wiest, Maja[2]; Kessler, Eva-Marie[3]; Notthoff, Nanna[4,5]

Hintergrund: Auch in der heutigen Zeit, in der die Lebenserwartung und der Anteil älterer Personen weltweit zunehmen, existieren zahlreiche Vorurteile über ältere Menschen. Diese wirken sich nicht nur nachteilig auf das Zusammenleben der Generationen aus: Negative Altersbilder führen nachweislich zu schlechteren Gesundheitsverläufen und können gar die Lebenserwartung reduzieren. Aktuell wurde gezeigt, dass negative Erwartungen an das Älterwerden bereits in jungen Jahren weniger positive Gesundheitsverhaltensänderungen prädizieren. Im vorliegenden Beitrag wurde untersucht, inwieweit intergenerative Kontakte positiv mit der Wahrnehmung älterer bzw. jüngerer Menschen im Zusammenhang stehen.

Methode: Im European Social Survey wurde von 56.544 Teilnehmer/innen (15–23 Jahre; M=47,54; SD=18,50) aus 29 Ländern die Wahrnehmung (positiv-negativ) von 20-jährigen und 70-jährigen erfragt. Diese wurden mit Angaben Altersstruktur sozialer Netzwerke, zur verbrachten Zeit mit jüngeren und älteren Menschen und mit der Qualität dieser Beziehungen korreliert.

Ergebnisse: Teilnehmer/innen mit Familienmitgliedern über 70 Jahre nahmen ältere Personen insgesamt positiver wahr. Auch eine höhere Anzahl älterer Freunde sowie mehr verbrachte Zeit mit älteren Kolleg/innen waren positiv mit der Sicht auf ältere Personen assoziiert, F-Werte>26, $p<.001$. Analoge Ergebnisse fanden sich auch hinsichtlich der Wahrnehmung jüngerer Personen. In beiden Fällen zeigten sich teilweise Länderunterschiede. Auch die Qualität der Beziehungen spielte jeweils eine Rolle: Je vertrauter die Teilnehmer/innen mit den älteren bzw. jüngeren Personen waren, desto positiver die jeweilige Einschätzung der Gruppe, F-Werte>28, $p<.001$.

Diskussion: Die Befunde stützen die sog. Kontakthypothese. Zugrundeliegende strukturelle Differenzen für Länderunterschiede (z.B. die Altersstruktur der Bevölkerung) werden diskutiert. Zukünftige Arbeiten sollten die Direktionalität der Assoziationen zwischen der Altersstruktur des sozialen Netzwerks und Altersbildern adressieren.

Keywords: Altersbilder – soziale Beziehungen – soziales Netzwerk – Generationen – Familie – Freunde

Kontakt: verena.klusmann@uni-hamburg.de

[1] Universität Hamburg, [2] Freie Universität Berlin,
[3] Medical School Berlin, [4] Universität Leipzig,
[5] Humboldt-Universität zu Berlin

Das Konzept von traditionellem und modernem Essverhalten in zehn Ländern: Mehr als Nährstoffaufnahme

Sproesser, Gudrun[1]; Ruby, Matthew B.[2]; Arbit, Naomi[3]; Akotia, Charity S.[4]; Alverenga, Marle[5]; Bhangaokar, Rachana[6]; Furumitsu, Isato[7]; Hu, Xiaomeng[8]; Imada, Sumio[7]; Kaptan, Gülbanu[9]; Kaufer-Horwitz, Martha[10]; Menon, Usha[11]; Fischler, Claude[12]; Rozin, Paul[13]; Schupp, Harald T.[1]; Renner, Britta[1]

Hintergrund: Ein modernes Essverhalten wird häufig mit chronischen Krankheiten in Verbindung gebracht, während ein traditionelles Essverhalten vor diesen zu schützen scheint. Allerdings wird traditionelles und modernes Essverhalten häufig auf die zugrundeliegenden Nährstoffe reduziert. Aktuelle Forschung deutet jedoch darauf hin, dass das Konzept von traditionellem und modernem Essverhalten sehr viel breiter ist und viele Facetten beinhaltet. Im Rahmen des TEP10 Projekts wurde daher untersucht, was traditionelles und modernes Essverhalten in zehn verschiedenen Ländern ausmacht.

Methode: Insgesamt wurden 3728 Personen aus den USA, Mexiko, Brasilien, Frankreich, Deutschland, Ghana, der Türkei, Indien, China und Japan befragt. Die Teilnehmenden bewerteten in Interviews, Papier-basierten und Online-Erhebungen 87 Facetten daraufhin, ob diese Teil eines traditionellen oder modernen Essverhaltens sind.

Ergebnisse: Traditionelles und modernes Essverhalten war in allen zehn Ländern sowohl dadurch gekennzeichnet WAS Menschen essen als auch WIE sie essen. Neben dem Nährstoffgehalt ließen sich die Facetten des traditionellen und modernen Essverhaltens in den zehn Ländern in elf weitere Kategorien einteilen, z.B. der Verarbeitungsgrad von Speisen oder mit wem Menschen essen. Weiterhin zeigten sich 22 „universelle“ Facetten, die überall als traditionell oder modern galten. Z. B. galt es überall als traditionell, dass in einer Familie jeder die Hauptmahlzeit zur gleichen Zeit zu sich nimmt. Gleichermaßen galt es überall als modern während der Arbeit zu essen.

Diskussion: Die Ergebnisse zeigen, dass es sich beim traditionellen und modernen Essverhalten um ein breites Verhaltenskonzept handelt, das mehr beinhaltet als Nährstoffaufnahme. Diese Ausdifferenzierung ermöglicht es zukünftiger Forschung, gezielt die Zusammenhänge von einzelnen Facetten mit Gesundheitsparametern sowie mit psychologischen Einflussfaktoren zu untersuchen.

Keywords: Traditionelles und modernes Essverhalten – TEP10 – Ländervergleich – interkulturell – Ernährungswandel

Kontakt: gudrun.sproesser@uni-konstanz.de

[1] Universität Konstanz, [2] La Trobe University, [3] BetterUp Inc, [4] University of Ghana, [5] University of Sao Paulo, [6] Maharaja Sayajirao University of Baroda, [7] Hiroshima-Shudo University, [8] Tsinghua University, [9] University of Leeds, [10] Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, [11] Drexel University, [12] Centre National de la Recherche Scientifique, [13] University of Pennsylvania

Mechanismen der Gesundheitsverhaltensänderung: Dentalhygiene in Polen, China, Iran und Indien

Schwarzer, Ralf[1]

Hintergrund: Bei der Gesundheitsverhaltensänderung haben sich einige Konstrukte als nützlich erwiesen wie z.B. Selbstwirksamkeit, Planung, Handlungskontrolle und Intention. In Studien zur Dentalhygiene in mehreren Ländern wird die funktionale Rolle solcher Konstrukte untersucht.

Methoden: Treatments basierend auf dem Health Action Process Approach wurden getestet in Iran (N=166), Polen (N=287), China (N=284) und Indien (N1=205, N2=112) mit dem Ziel, mögliche Mediator- oder Moderatorfunktionen von Selbstwirksamkeit, Planung, Handlungskontrolle und Intention aufzuspüren.

Ergebnisse: Quantitative Analysen ergaben Zeit x Behandlungs-Interaktionen in allen Studien, womit die Wirkung des Treatments unterstrichen wurde. Ex-post Modellierung erbrachte sequentielle Mediationseffekte in vier Studien und eine moderierte Mediation in einer Studie, wobei Selbstwirksamkeit und Handlungskontrolle als Moderatoren auftraten.

Diskussion: Die Interventionen zeigten Wirkungen auf die Motivation zur Dentalhygiene sowie auf nachfolgendes Verhalten, vermittelt durch einzelne Treatmentkomponenten (Selbstwirksamkeit, Planung, Handlungskontrolle). Jedoch waren die Modelle inkonsistent, was Fragen aufwirft z.B. nach Eingangsunterschieden zwischen den Gruppen in der Änderungsbereitschaft.

Keywords: Selbstwirksamkeit – Planung – Handlungskontrolle – Intention – Dentalhygiene – Zahnseide – Kultur

Kontakt: ralf.schwarzer@fu-berlin.de

[1] Freie Universität Berlin

Session – Entwicklung und Validierung von Messverfahren

Hörsaal 3 – Moderation: Prof. Dr. Thomas Kubiak

Faktorstruktur und Messinvarianz über die Zeit für den deutschsprachigen Patient Health Questionnaire-8 (PHQ-8)

Moehring, Anne[1]; Krause, Kristian[1]; Guertler, Diana[1]; Bischof, Gallus[2]; Rumpf, Hans-Jürgen[2]; Batra, Anil[3]; John, Ulrich[1]; Meyer, Christian[1]

Hintergrund: Die Acht-Item-Version des Patient Health Questionnaire (PHQ-8) ist ein weit verbreitetes Selbstbeurteilungsinstrument zur Erfassung von depressiver Symptomatik in klinischen und epidemiologischen Studien und wird häufig als Outcome für Veränderungsmessungen genutzt. Allerdings wird selten berichtet, ob Messinvarianz für die Gruppenvergleiche gegeben ist, was eine wesentliche Voraussetzung für die sinnvolle Interpretation der Werte darstellt. Im Rahmen von zwei populationsbasierten Studien des Forschungsverbunds AERIAL wurde der PHQ-8 zu vier Zeitpunkten erhoben. Diese Daten wurden für die Prüfung von Messinvarianz über die Messzeitpunkte genutzt.

Methode: Für die Analysen stehen Daten von konsekutiv aus primärmedizinischen Settings rekrutierten Personen zwischen 18-64 Jahren zur Verfügung (Baseline-Befragung: N = 588; Interventionsbefragungen (nur Interventionsteilnehmer): N = 251 / 228; 6-Monats-Follow-up: N = 443). Die Faktorstruktur wurde mittels konfirmatorischer Faktorenanalyse (CFA) überprüft. Multigruppen CFAs wurden durchgeführt, um die Messinvarianz mittels schrittweiser Gleichheitsrestriktion über die Zeitpunkte hinweg zu prüfen.

Ergebnisse: Der PHQ-8 zeigte für alle Gruppen einen guten Modelfit (CFI > .96, TLI > .95) und hohe Faktorladungen (λ = .45 - .89) für zweidimensionale Messmodelle mit Faktoren für somatische und nicht-somatische Symptomatik. Der PHQ-8 zeigte sich strikt invariant (ΔCFI < .01; ΔRMSEA < .005) für die Interventionsbefragungen und das Followup. Bei Einschluss des Baselinezeitpunktes in die Analysen konnte jedoch nur partielle Messinvarianz erreicht werden.

Diskussion: Die Befunde bestätigen eine zweidimensionale Struktur des Fragebogens und weisen den PHQ-8 insgesamt als psychometrisch reliables und weitgehend messinvariantes Instrument aus. Mögliche Faktoren, die zur partiellen Invarianz geführt haben können sind z.B. der Erhebungsmodus (iPad-Befragung, Telefoninterview) und das Erhebungssetting (Krankenhaus, Arztpraxis).

Keywords: PHQ-8 – Depression – Messinvarianz – Faktorstruktur – AERIAL

Kontakt: anne.moehring@uni-greifswald.de

[1] Universitätsmedizin Greifswald, [2] Universität Lübeck, [3] Universitätsklinikum Tübingen

Das Potential naturalistischer Verhaltensdaten als Indikatoren kindlichen Wohlbefindens: Methodische Herausforderungen in der Anwendung des Electronically Activated Recorders

Bischoff, Marie[1]; Muehlan, Holger[1]; Schmidt, Silke[1]

Hintergrund: Bisherige Studien zur Erfassung kindlichen Wohlbefindens nutzen subjektive Fragebögen oder objektive soziodemografische Variablen. Beide Methoden weisen Einschränkungen in der Validität auf. Eine aussichtsreiche Erfassungsalternative könnte der Electronically Activated Recorder (EAR) bieten, eine objektive und naturalistische Beobachtungsmethode, bei der mithilfe eines tragbaren Tonbandträgers akustische Geräusche der momentanen Umwelt aufgenommen werden.

Methode: Insgesamt 97 Kindergartenkinder im Alter von 3 bis 6 Jahren trugen an einem Vormittag pro Woche (zwischen 9 und 12 Uhr) über sechs Wochen einen iPod, auf dem die Applikation iEAR alle 5 Minuten jeweils 30 Sekunden-Intervalle von Umweltgeräuschen der Kinder aufnahm. Basierend auf Fokusgruppen mit Kindergartenkindern, der Analyse etablierter Wohlbefindens-Fragebögen und der Sichtung der aktuellen Forschungslage zu kindlichem Wohlbefinden wurden Kategorien für das Kodiersystem erstellt. Anhand der durch Gwet's AC1 bestimmten Inter-Rater-Reliabilität von drei Pretests wurden Modifikationen am Kodiersystem vorgenommen.

Ergebnisse: Das Kodiersystem umfasst drei Oberkategorien: soziale Situation, psychisches und physisches Wohlbefinden. Die Inter-Rater-Reliabilitäten der einzelnen Subkategorien zeigen einen Gwet's AC1 von .24 bis .99. Insgesamt 28 Datensätze mussten wegen zu starker Störgeräusche im Hintergrund der Audiodateien von der Auswertung ausgeschlossen werden.

Diskussion: Das Kodiersystem weist in über der Hälfte der Subkategorien gute bis sehr gute Inter-Rater-Reliabilitäten auf. Allerdings zeigten sich bei der Datenauswertung drei Schwierigkeiten: der Zeitaufwand in der Datenauswertung, starke Störgeräusche in den Audiodateien, und eine geringe Auftretenswahrscheinlichkeit des entsprechenden Verhaltens in einzelnen Kategorien. In einem weiteren Schritt muss nun das Kodiersystem weiterhin angepasst werden, um anschließend alle vorhandenen Audiodateien kodieren und die Kategorien auf ihre Validität überprüfen zu können.

Keywords: Wohlbefinden – Kinder – Electronically Activated Recorder (EAR) – naturalistisch – Ecological Momentary Assessment (EMA)

Kontakt: marie.bischoff1@uni-greifswald.de

[1] Universität Greifswald

Validierung der deutschen Version der Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)

Mikhof, Anna[1]; Wieners, Leonie[1]

Hintergrund: Soziale Unterstützung stellt eine wichtige Ressource dar, um stressreiche Lebenssituationen zu bewältigen und kann sowohl hinsichtlich negativer Lebensereignisse als auch psychischer Beeinträchtigungen protektiv wirken. Ein häufig international eingesetztes Messinstrument mit guten psychometrischen Charakteristika ist die Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), die soziale Unterstützung ökonomisch erfasst. Dabei wird zwischen drei unterschiedlichen Quellen sozialer Unterstützung differenziert: Familie, Freunde und bedeutsame Andere. Nicht nur in ihrer Originalversion, sondern auch in etlichen anderen Sprachversionen, zeichnet sich die MSPSS als ein reliables und valides Messinstrument ab.

Methode: In dieser Studie wurde die MSPSS ins Deutsche übersetzt, an die deutsche Sprache und Kultur adaptiert sowie erstmals anhand von Daten aus einer Online-Umfrage (*N* = 415) validiert.

Ergebnisse: Mittels der konfirmatorischen Faktorenanalyse (CFA) sowie der exploratorischen Faktorenanalyse (EFA) konnte die dreifaktorielle Struktur der MSPSS bestätigt werden. Zusätzliche Analysen ergaben für Teilnehmer, die zum Zeitpunkt der Erhebung keine feste Beziehung hatten, ein zweifaktorielles Modell. Dabei luden die Items der Subskalen „Freunde“ und „Wichtige Andere“ auf einem gemeinsamen Faktor. Sowohl die Gesamtskala als auch die Subskalen wiesen sehr gute interne Konsistenzen auf. Zudem konnte sowohl eine gute diskriminante als auch eine gute konvergente Validität gefunden werden.

Diskussion: Die psychometrischen Kennwerte der MSPSS konnten somit auch für die deutsche Version bestätigt werden. Abweichungen in der faktoriellen Struktur für Personen ohne feste Beziehung könnten auf Optimierungsmöglichkeiten in der Übersetzung hindeuten. Dies wird in anschließenden Studien überprüft.

Keywords: Soziale Unterstützung – MSPSS – deutsche Validierung

Kontakt: anna.mikhof@hs-gesundheit.de

[1] hsg Bochum – Hochschule für Gesundheit

Einsamkeit in Deutschland: Messinvarianztestungen und Vergleiche zwischen Geflüchteten, der deutschen Bevölkerung mit und ohne Migrationshintergrund

Tibubos, Ana Nanette[1,2]; Löbel, Lea-Maria[2]; Kröger, Hannes[2]

Hintergrund: Einsamkeit gilt als Risikofaktor für die psychische Gesundheit. Epidemiologisch kaum beforscht ist die Frage, wie Einsamkeit sich bei Personen mit unterschiedlichem Migrationshintergrund unterscheidet. In transkulturellen Befragungen zur psychosozialen Verfassung von Personen mit Migrations- und Fluchthintergrund sollten besonders die eingesetzten Kurzskalen auf psychometrische Messinvarianzen hin überprüft werden, bevor Gruppenunterschiede untersucht werden. Aufgrund des mangelnden Kenntnisstandes zur kultursensiblen Messung von Einsamkeit in großen Bevölkerungsstudien, zielt unsere Studie darauf ab, die Messäquivalenz eines international weit verbreiteten Einsamkeitsfragebogens (UCLA Three-Item Loneliness Scale) zu überprüfen und anschließend Einsamkeitsausprägungen zwischen verschiedenen Populationen zu vergleichen.

Methode: Dazu werden drei Stichproben des deutschen Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) analysiert (Alter 18-102 Jahren; M=47.02, SD=17.81; 51.67% Frauen): ohne Migrationshintergrund (N=19.558), mit Migrationshintergrund (N=3.143) sowie mit Fluchthintergrund (N=3.437). Für Messinvarianzanalysen wurden die drei Stichproben weiterhin bei Personen mit Migrations- und Fluchthintergrund nach ihren Herkunftsländern stratifiziert. Zur Überprüfung der Messäquivalenz wurden Multi-Gruppen konfirmatorische Faktoranalysen durchgeführt. Als Gruppierungsvariablen dienten: Migrationsstatus, Herkunftsland, Sprachversion des Fragebogens, Geschlecht und Interaktion von Geschlecht x Herkunftsland. Mittelwertsvergleiche erfolgten zusätzlich über Varianzanalysen.

Ergebnisse: Die getesteten Messinvarianzmodelle zeigten keine eindeutigen Hinweise auf starke Messäquivalenz der UCLA Three-Item Loneliness Scale. Geflüchtete berichteten weniger einsam zu sein im Vergleich zu den anderen Gruppen. Gruppenunterschiede in den Einsamkeitsausprägungen wiesen größtenteils geringe Effektgrößen auf.

Diskussion: Zuverlässige psychometrische kulturübergreifende Vergleiche von Skalenwerten von Einsamkeitsausprägungen scheinen nicht uneingeschränkt möglich zu sein. Beobachtete Gruppenunterschiede werden interpretiert. Es wird diskutiert, inwieweit das Konstrukt Einsamkeit aufgrund ihrer starken psychosozialen Komponente einer stärkeren kulturellen Variation unterliegt im Vergleich zu anderen psychischen Gesundheitsvariablen.

Keywords: Einsamkeit – Messäquivalenz – Migration – Geflüchtete – Epidemiologie – Kultursensibilität

Kontakt: AnaNanette.Tibubos@unimedizin-mainz.de

[1] Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, [2] Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung

Postersession – 17.30 - 18.30 Uhr

Ausstellungsfläche im 1. Obergeschoss

Das Dessert kommt zuletzt – Erkenntnisse zu den Laufwegen der Gäste einer Nudging-Intervention in einer Hochschulmensa

Adam, Sibylle[1]; Pfannes, Ulrike[1]; Rossi, Carolina Diana[1]

Hintergrund: ‘’Nudging’’ (=anstupsen) bietet eine Möglichkeit, das Umfeld von Menschen so zu beeinflussen, dass Entscheidungen in eine bestimmte Richtung leichter fallen. Die Entscheidungsarchitektur wird verändert: Verbote oder finanzielle Anreize werden nicht eingesetzt, die Entscheidungsfreiheit wird nicht eingeschränkt. Die Hochschulgastronomie bietet, dank der großen Reichweite, ein ideales Setting für die Einführung von Nudging-Maßnahmen für die Gesundheitsförderung. Bei dieser Untersuchung steht die Platzierung der Desserts im Fokus mit dem Ziel, den Verzehr gesundheitsförderlicher Desserts zu steigern und den nicht-gesundheitsförderlicher zu reduzieren.

Methoden: Nudging-Maßnahmen wurden in einer Hochschulmensa getestet: Zwei Dessert-Vitrinen, die jeweils am Eingang der Mensa und nach der letzten Ausgabestation platziert waren, wurden in einer Baselinewoche und einer Interventionswoche unterschiedlich bestückt. In der Baselinewoche wurden die Desserts in beiden Vitrinen gemischt angeboten (gesundheitsförderlich und nicht-gesundheitsförderlich), in der Interventionswoche wurden sie aufgeteilt: am Eingang die gesundheitsförderlichen Desserts und in der letzten Vitrine die nicht-gesundheitsförderlichen. Analysiert wurden die Kassendaten von Baseline- und Interventionswoche.

Ergebnisse: Gesundheitsförderliche Desserts wurden in der Baselinewoche 224 Mal gewählt, in der Interventionswoche 216 Mal. Insgesamt wurden in der Baselinewoche 545 Desserts verkauft, während in der Interventionswoche 606. Die Platzierung der Desserts veränderte die Verkäufe, jedoch zeigte sich eine Reduktion der gesundheitsförderlichen Desserts von 0,4%.

Diskussion: Die veränderte Platzierung stupste die Gäste an, jedoch nicht in die gewünschte Richtung. Bei der Planung des Nudges wurde nicht auf den Entscheidungszeitpunkt des Gastes geachtet: dieser wählte das Dessert meistens erst nach der Wahl des Hauptgerichtes (letzte Dessertvitrine) und nicht am Eingang. Nudging-Maßnahmen sollten demnach den Laufwegen der Gäste besser angepasst und praxisnah entwickelt werden.

Keywords: Nudging – Entscheidungsarchitektur

Kontakt: carolina.rossi@haw-hamburg.de

[1] Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg

(B)eating Emotions in Company: The Influence of Emotions and Company on Eating Behavior

Arend, Ann-Kathrin[1]; Reichenberger, Julia[1]; Blechert, Jens[1]

Background: It is disussed if emotional eating —in form of increased food intake or overeating following strong emotional states— can be found in non-eating disordered individuals in a naturalistic environment. The present study questioned why some Ecological Momentary Assessment (EMA) studies - compared to laboratory studies - fail to find emotional eating effects. EMA and laboratory studies differ manly by the standardization of contextual factors. The faciliating effect of social eating on food intake is an example of an unstandardized context factor in EMA designs that might mask emotional eating effects. Thus, social eating was explored as a potential moderator of emotional eating in the present study.

Method: *N* = 97 non-eating disordered females filled in the Dutch Eating Behavior Questionnaire to assess emotional eating style. Subsequently, they reported their momentary emotions, self-reported food intake quantity and if they ate alone or in company, via EMA six times a day for eight days.

Results: Eating company moderated the association of negative affect and self-reported food intake quantity: Only participants eating alone reported higher food intake subsequent to stronger negative affect. Additionally, a robust facilitation effect of company on food quantity was found. Participants reported a higher food intake when they ate in company rather than alone.

Discussion: Emotional eating, in non-eating disordered individuals, may occur only if they eat alone. Thereby future EMA research on emotional eating might needs to control for company throughout eating episodes, to find emotional eating effects.

Keywords: emotional eating – social eating – food intake quantity – ecological momentary assessment

Contact: ann-kathrin.arend@stud.sbg.ac.at

[1] Paris-Lodron-University of Salzburg, Department of Psychology, Centre for Cognitive Neuroscience

Assessment of Mother-Child Attachment with Ambulatory Assessment – an Explorative Study

Bischoff, Marie[1], Tomczyk, Samuel[1], Schmidt, Silke[1]

Background: Mother-child attachment until now is primary assessed via interviews or questionnaires. This study explores the assessment of mother-child attachment in a sample of pregnant and postpartum women within a naturalistic setting with ambulatory assessment (AA).

Method: The sample consists of 10 women: four pregnant, six postpartum. The women filled in short questionnaires three times a day (9:00, 14:00, 19:00) over a period of ten days on an ipod application called iDialogPad. According to mixed-methods research, questionnaires were used before AA assessment, and cognitive debriefings were competed after AA. In addition to three aspects of attachment (cognitions, emotions, behaviors), women were asked about their psychological stress and their commitment to the AA assessment. The quantitative data of the AA and the questionnaires were analysed using multilevel and correlation analysis. Difficulties in understanding or answering on AA items were identified on the basis of the qualitative data of the interviews.

Results: There are moderate to high correlations prenatal between aspects of attachment assessed via AA and questionnaires (r = .41 - .78). Data of the AA, but not of the questionnaires, indicate lower attachment scores on Mondays and in highly stressed women. The women reported high acceptance and adherence to the AA and good manageability of the iPods during cognitive interviews.

Conclusions: The results illustrate the feasibility and validity of mother-child attachment assessment via AA. Furthermore, pregnant as well as postpartum women showed high acceptance of the method. However, differences were found between questionnaire and AA assessment at item level and over time offering further starting points for naturalistic research on mother-child attachment.

Keywords: attachment – Ambulatory Assessment – prenatal – postnatal – stress

Contact: marie.bischoff1@uni-greifswald.de

[1] Universität Greifswald

Kohortenprofil DDR-PSYCH – DDR-Vergangenheit und psychische Gesundheit: Risiko- und Schutzfaktoren

Brähler, Elmar[1]; Tibubos, Ana Nanette[1]; Schmidt, Silke[2]; Muehlan, Holger[2]; Beutel, Manfred E.[1]

Hintergrund: Das gesellschaftlich-politische System der ehemaligen Deutschen Demokratischen Republik (DDR) bleibt auch nach fast 30 Jahren vereintem Deutschland ein wesentlicher Bezugspunkt für die Analyse von Prozessen, die auf gesellschaftlicher, sozialer und individueller Ebene ablaufen –sowohl in den alten als auch in den neuen Bundesländern. Unzureichend beforscht ist die Messbarkeit der Auswirkungen der DDR auf die psychische Gesundheit. Daher wurde das interdisziplinäre Verbundprojekt DDR-PSYCH ins Leben gerufen, welches an Hand profunder Längsschnittdatensätze die Auswirkungen von DDR-spezifischen Erfahrungen auf psychisches Befinden im zeitlichen Verlauf untersucht. Auch Faktoren, die möglicherweise nachhaltig zur individuellen psychischen Resilienzförderung beigetragen haben könnten, werden gezielt untersucht.

Methode: Es werden Daten von fünf Bevölkerungsstudien analysiert, die große Stichproben zu unterschiedlichen Zeitpunkten erhoben haben: das Sozio-ökonomische Panel (SOEP), Gesundheitsstudien des Robert-Koch-Instituts (RKI), Repräsentativbefragungen des Unabhängigen Services für Umfragen, Methoden und Analysen (USUMA), die Study of Health in Pomerania (SHIP) und die Gutenberg Health Study (GHS). Das Stichprobenalter 14-99 Jahre deckt verschiedene Generationen ab und umfasst das Adoleszenz- und Erwachsenenalter. Insgesamt liegen etwa 83.000 Fälle für Längsschnittanalysen und 67.000 für Querschnittsanalysen vor. Konfundierende Aspekte wie z.B. die Messinvarianz von Instrumenten und Prozesse der Binnenmigration werden bei den Analysen berücksichtigt.

Ergebnisse: Ziel ist es, mehr über gesellschaftlich bedingte Einflüsse (Risiko- und Schutzfaktoren) der DDR auf die psychische Gesundheit zu erfahren. Ferner werden Unterschiede und Gemeinsamkeiten der psychischen Gesundheit von Ost- und Westdeutschen herausgearbeitet. Eine interaktive „living-history-Plattform“, welche die Projektergebnisse audiovisuell aufarbeitet, wird erstellt.

Diskussion: Unsere epidemiologisch-quantitativen Befunde werden mit bisherigen, meist qualitativen Forschungsergebnissen dieses Themengebiets interpretiert und aus einem multidisziplinären Blickwinkel diskutiert.

Keywords: DDR – Ost-West – Epidemiologie – psychische Gesundheit – Risiko- und Schutzfaktoren

Kontakt: Elmar.Braehler@medizin.uni-leipzig.de

[1] Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg Universität Mainz, [2] Universität Greifswald

Alt und topfit? Wunsch nach gleicher Verteilung von Gesundheit in Deutschland

Debbeler, Luka Johanna[1]; Lages, Nadine C.[1]; Kollmann, Josianne[1]; Renner, Britta[1]

Hintergrund: Gerechte und gleiche Verteilung von Ressourcen, Gesundheit und Lebenserwartung in der Gesellschaft ist viel diskutiertes Thema in den unterschiedlichsten Disziplinen. Gerade in Hinblick auf die Lebenserwartung hat sich in Deutschland gezeigt, dass es große soziale Unterschiede gibt. Doch wie nehmen wir die Verteilung von Gesundheit in der Gesellschaft wahr? Und wie konstruieren wir ein ideales Niveau an sozialen Unterschieden und gesundheitlicher Ungleichheit?

Methode: Um dies zu erfassen, wurde eine Online-Umfrage zur Einschätzung der realen und idealen Verteilung der Lebenserwartung und des Gesundheits- und Fitnesszustands in Deutschland durchgeführt, an welcher insgesamt 418 Befragte teilnahmen. Darüber hin-

aus wurden die Befragten nach ihrem eigenen aktuellen und ihrem idealen Gesundheits- und Fitness-Status, sowie der Einschätzung ihrer Lebenserwartung gefragt.

Ergebnisse: Die Teilnehmenden schätzen die bestehende Ungleichheit der Lebenserwartung in Deutschlang akkurat ein. Im Mittel ergab sich für die ideale Verteilung der Lebenserwartung über die sozialen Schichten hinweg für alle Gruppen eine ideale Lebenserwartung von 86 Jahren. In Bezug auf Gesundheit und Fitness zeigten sich ebenfalls große Unterschiede zwischen der geschätzten Realverteilung von Gesundheit und der idealen Verteilung (sehr guter Status für 70-80% der Bevölkerung). Dieser Unterschied war auch auf Individualebene erkennbar.

Diskussion: Die Ergebnisse zeigen, dass Menschen möglicherweise eine unrealistische Vorstellung davon haben, wie sich Gesundheit und Fitness in der Bevölkerung verteilen sollten, was auf übermäßig optimistische Kontrollüberzeugungen, Gesundheitserwartungen und Erwartungen an die Gesundheitspolitik schließen lassen könnte.

Keywords: Gesundheit – Verteilung – Ungleichheit – Lebenserwartung

Kontakt: luka-johanna.debbeler@uni-konstanz.de

[1] Universität Konstanz

Mediatoren und Veränderungsmechanismen internet- und mobile-basierter Interventionen für Depression: Protokoll einer Meta-Analyse von individuellen Teilnehmerdaten

Domhardt, Matthias[1]; Karyotaki, Eirini[2]; Buntrock, Claudia[3]; Ebert, David Daniel[2]; Cuijpers, Pim[2]; Baumeister, Harald[1]

Hintergrund: Die Wirksamkeit von internet- und mobile-basierten Interventionen (IMIs) für depressive Störungen bei Erwachsenen ist mittlerweile gut belegt. Dahingegen liegen bislang nur wenige Erkenntnisse zu den speziellen Veränderungsmechanismen und Wirkfaktoren dieser technologiegestützten Interventionen vor. Im Rahmen einer Meta-Analyse von individuellen Teilnehmerdaten (IPD-MA) sollen daher die für die positiven Effekte verantwortlichen Wirkfaktoren (bzw. Mediatoren) bestimmt, und verschiedene Modelle von Veränderungsmechanismen evaluiert werden.

Methode: Die Durchführung dieser IPD-MA soll nach den PRISMA-Leitlinien erfolgen und a priori in PROSPERO registriert werden. Mit Hilfe einer systematischen Literaturrecherche in fünf verschiedenen Datenbanken soll ein bereits bestehender Datenpool an individuellen Teilnehmerdaten, welcher durch Cuijpers und Kollegen etabliert wurde, um neue Studien aktualisiert werden. Die korrespondierenden Autoren aller relevanten Primärstudien werden dazu eingeladen, ihre individuellen Teilnehmerdaten in dieses Projekt einzubringen. Randomisiert kontrollierte Studien erfüllen die Einschlusskriterien falls sie, 1) Veränderungsmechanismen 2) von internet- oder mobile-basierte Interventionen 3) für Personen mit depressiven Symptomen 4) unter Einbezug von aktiven oder passiven Kontrollbedingungen 5) auf die Symptomschwere untersucht haben. Die Studienauswahl, Datenextraktion und Qualitätsbeurteilung wird durch zwei unabhängige Untersucher vorgenommen. Mit Hilfe von Strukturgleichungsmodellen sollen innerhalb eines random-effects-Modells sowohl die Mediatorvariablen als auch die Modelle therapeutischer Veränderungen bestimmt werden. Zusätzlich sollen die allgemeine Wirksamkeit der IMIs mit Hedges` g sowie die statistische Heterogenität mit $I^2$ und Cochran`s ermittelt werden.

Ergebnisse und Diskussion: Die zu erwartenden Ergebnisse dieses durch das BMBF geförderte Projekt werden das Wissen zur speziellen Wirkungsweise von IMIs in der Behandlung von Depression erweitern, und darüber hinaus evidenz-basierte Implikationen für die Weiterentwicklung und Dissemination von IMIs erbringen können.

Keywords: Depression – Veränderungsmechanismen – internet-basierte Interventionen – Meta-Analyse

Kontakt: matthias.domhardt@uni-ulm.de

[1] Universität Ulm, [2] Vrije Universiteit Amsterdam, [3] Universität Erlangen-Nürnberg

Stressreduktion durch elterliche Achtsamkeit erhöht die Partnerschaftszufriedenheit und verbessert das Erziehungsverhalten

Eggermann, Julia[1]; Salewski, Christel[1]

Hintergrund: Kindererziehung ist eine potentiell stressvolle Aufgabe; so führt zum Beispiel Elternschaft oft zu einer verringerten Partnerschaftszufriedenheit. Zudem verwenden stressbelastete Eltern häufiger ungünstige Erziehungsmethoden. Daher sollte eine Stressreduktion der Eltern zu einer Verbesserung der Funktionalität innerhalb einer Familie führen. Ein vielversprechender Ansatzpunkt zur elterlichen Stressreduktion ist die Erhöhung der Achtsamkeit der Eltern im Alltag, da sich Achtsamkeit in anderen Kontexten bereits als zielführend bei der Reduktion von Stress erwiesen hat. Wir untersuchten daher die Zusammenhänge zwischen Achtsamkeit auf der einen Seite und elterlichem Stress, Beziehungszufriedenheit und Erziehungsverhalten auf der anderen Seite, sowie potentielle Mediationen dieser Zusammenhänge durch elterlichen Stress.

Methode: An der Online-Studie nahmen 326 Mütter und Väter mit mindestens einem minderjährigen Kind teil und beantworteten Fragebögen zu erlebtem Stress (PSQ), Achtsamkeit (FFA), Beziehungszufriedenheit (ZIP) und Erziehungsverhalten (EFB-K).

Ergebnisse: Durch Mediationsanalysen (PROCESS) testeten wir zwei Modelle mit Achtsamkeit als Prädiktor, Stress als Mediator und Beziehungszufriedenheit bzw. Erziehungsverhalten als Outcome. Die Korrelation zwischen Achtsamkeit und Beziehungszufriedenheit

wurde vollständig über die Stressreduktion mediiert (indirekter Effekt: b = .676, 95% CI [.487, .871]). Die Korrelation zwischen Achtsamkeit und negativem Erziehungsverhalten wurde partiell durch Stress mediiert (indirekter Effekt: b = -.148, 95% CI [-.287, -.028]).

Diskussion: Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass Achtsamkeitserhöhung ein vielversprechendes Instrument zur Stärkung von Paarbeziehungen und Familien ist.

Keywords: Achtsamkeit – Stress – Partnerschaft – Familie – Kindererziehung

Kontakt: julia.eggermann@fernuni-hagen.de

[1] FernUniversität in Hagen

Sportliche Aktivität – Gut für das psychische Wohlbefinden junger Erwachsener?

Gaun, Renate[1], Mikhof, Anna[2]

Hintergrund: Während die positiven Effekte von Sport auf die psychische Gesundheit, insbesondere für Kinder und Jugendliche sowie ältere Erwachsene, zahlreich erforscht worden sind (z.B. Bragina & Voelcker-Rehage, 2018), liegen diese für junge Erwachsene kaum vor. Gerade junge Erwachsene stehen u.a. durch die Herausforderungen der Integration von beruflichem und sozialem Leben oftmals vor einer psychisch anspruchsvollen und stressigen Lebensphase. Eine regelmäßige sportliche Aktivität könnte auch in diesem Lebensabschnitt eine wesentliche Ressource für das psychische Wohlbefinden darstellen.

Methode: Im Rahmen einer Online-Untersuchung wurden sowohl sportliche als auch nicht sportliche junge Erwachsene befragt. Die beiden Stichproben setzten sich aus jeweils 250 Personen zusammen, die sich infolge der Parallelisierung bezüglich wichtiger demografischer Aspekte voneinander nicht unterschieden. Die Untersuchungsteilnehmer wurden hinsichtlich folgender Indikatoren des psychischen Wohlbefindens miteinander verglichen: Stress, Angst, depressive Tendenzen, Lebenszufriedenheit, Stimmung, Optimismus und Selbstwert.

Ergebnisse: Es zeigten sich signifikante Differenzen in Bezug auf nahezu alle erhobenen Indikatoren. Lediglich hinsichtlich des Optimismus und Selbstwertes unterschieden sich sportliche und nicht sportliche junge Erwachsene nicht voneinander. Ferner konnten indirekte positive Effekte der sportlichen Aktivität auf das Wohlbefinden gefunden werden. Der Umfang und die Häufigkeit sportlicher Aktivität waren mit geringeren depressiven und ängstlichen Tendenzen assoziiert, die wiederum mit einem besseren psychischen Wohlbefinden zusammenhingen.

Diskussion: Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass regelmäßige sportliche Aktivität mit verschiedenen Aspekten des Wohlbefindens assoziiert ist und sportliche junge Erwachsene sich diesbezüglich von nicht sportlichen deutlich unterscheiden. Der entsprechende soziale und berufliche Mehrwert in diesem Lebensabschnitt wird diskutiert. Kausale Effekte für diese Altersgruppe sollen in weiteren Studien überprüft werden.

Keywords: Sportliche Aktivität – Wohlbefinden – junge Erwachsene – psychische Gesundheit

Kontakt: Gaun@bildung-sg.de

[1] Bildungsinstitut für Soziales und Gesundheit,
[2] (Hochschule für Gesundheit)

Stressbewältigungsstrategien im Studium: welche Muster zeichnen sich auf?

Genkova, Petia[1]

Hintergrund: Generation Y wird zum Lieblingsdiskussionsgegenstand: Die stärkere Freizeitorientierung, die Schonarbeitsmuster, die mangelnde Leistungsmotivation, keinen Sinn für Gemeinschaft und fehlende Kompetenzen im Bereich Problemlöseverhalten. Wie unterscheiden sich die Stressbewältigungsstrategien und die arbeitsbezogenen Verhaltens- und Erlebnismuster von Studierenden in Deutschland? Die zentrale Fragestellung dieser Untersuchung beschäftigt sich mit den Wechselwirkungen zwischen Stressereignissen und Stressbewältigungsstrategien im Zusammenhang mit dem Wohlbefinden, der Leistungsmotivation und der Arbeitszufriedenheit bei Studierenden. Weiterhin sollten zur Hypothesengenerierung der Einfluss von Kontrollüberzeugungen und Selbstwirksamkeit ermittelt werden.

Methode: Befragt wurden 459 Studierende verschiedener Studiengänge. Es wurden AVEM, Kontrollüberzeugungen, Leistungsmotivation, Arbeitszufriedenheit und Wohlbefinden überprüft.

Ergebnisse: Die Ergebnisse zeigen, dass die Studierenden zu unterschiedlichen Schon- und Arbeitsmustern zuordenbar sind Darüber hinaus wurden Zusammenhänge zwischen Leistungsmotivation und Kontrollüberzeugungen ermittelt. Ein komplexeres Modell, in dem das Wohlbefinden die abhängige Variable, die Copingstrategien, das arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebnismuster sowie die Selbstwirksamkeit und Kontrollüberzeugungen die unabhängige Variablen darstellen, hat sich bei weiterführender Überprüfung bestätigt. Dies gilt ebenfalls in Bezug auf die Leistungsmotivation als abhängige Variable.

Diskussion: Die Ergebnisse weisen auf die Replizierbarkeit und kritische Überprüfung von klassischen Zusammenhängen und Konstrukten hin.

Keywords: Stress – Wohlbefinden – Arbeitszufriedenheit – Persönlichkeit

Kontakt: petia@genkova.de

[1] Hochschule Osnabrück

Stress symptoms and well-being in children and adolescents from different countries

Gillé, Vera[1]; Eschenbeck, Heike[1]; Heim-Dreger, Uwe[1]; Kerkhoff, Denise[2]; Kohlmann, Carl-Walter[1]; Lohaus, Arnold[3]

Background: Stress is widespread. Even children and adolescents report stress symptoms. The stress scales from the Stress and Coping Questionnaire for Children and Adolescents (SSKJ 3-8) are a self-report instrument, originally in the German language, capturing stress symptomatology including physical symptoms and emotional symptoms (anger, sadness, anxiety, joy). Since testing for measurement invariance is a necessary condition for cross-cultural comparisons using different language versions, the present study examined factorial structure, measurement invariance and internal consistency for three newly developed language versions: English, French, and Russian.

Method: The original German version was compared to each language version separately. Participants were 4,561 children and adolescents recruited from primary and secondary schools from Germany (n = 3,147), France (n = 329), Russia (n = 378), and several English-speaking countries such as Australia, Great Britain, Ireland and the USA (English-speaking sample: n = 707).

Results: The factorial structure (5 factors) was confirmed for all language versions (CFI ≥ .97, RMSEA ≤ .04). Moreover, confirmatory factor analyses showed configural as well as metric invariance. Internal consistency coefficients of the symptom scales were also acceptable to good (mean Cronbachs α = .68).

Discussion: Significance and implications of the results will be discussed with special emphasis on cross-cultural research on individual differences in coping and stress.

Keywords: stress symptoms – self-report – cross-cultural

Contact: vera.gille@ph-gmuend.de

[1]University of Education Schwäbisch Gmünd,
[2] University of Konstanz, [3] Bielefeld University

Self-love: A new conceptualization of a misunderstood construct

Henschke, Eva[1]; Sedlmeier, Peter[1]

Throughout history, polarizing views on self-love as ‘‘bad’’ (associated with narcissism and selfishness) versus “good” (associated with well-being and health) have been manifested. In humanistic literature, self-love has been postulated as a prerequisite of psychological health. However, in academic literature, narcissism and self-love are often not clearly distinguished, although they are in fact opposites. Furthermore, there is a lack of adequate research, debate and empirical work on the construct of self-love and its contributing factors. Due to the missing adequate empirical conceptualization, this qualitative study aims at defining and examining the construct of self-love.

A total of thirteen semistructured interviews were carried out in German and English. Based on the humanistic postulation that any psychopathology roots in some lack of self-love, seven psychotherapists from different psychotherapeutic approaches as well as six authors of relevant literature were interviewed. Interview questions focused on specifying self-love and its components.

Inductive thematic analysis was conducted and yielded three main themes: (a) self-contact, defined by giving attention to oneself, (b) self-acceptance, defined by being at peace with oneself, and (c) self-care, being protective of and caring for oneself. For each theme, specific facets are described by respective subthemes.

In order to present a comprehensive conceptualization of self-love, findings are completed by relevant elements mentioned in the literature. The relation to other psychological constructs such as self-compassion, self-esteem and narcissism are examined. Results shed new light on the construct and provide basis for further research examining the relationship between self-love, psychological health and well-being.

Keywords: self-love – thematic analysis

Contact: eva.henschke@s2009.tu-chemnitz.de

[1] Technische Universität Chemnitz

Der Einfluss von Mindfulness-Based Stress Reduction auf verschiedene Facetten der Interozeption bei Depression

Karanassios, Georgios[1]; Schultchen, Dana[1]; Pollatos, Olga[1]; Berberich, Götz[2]

Interozeption beschreibt die Verarbeitung und Wahrnehmung körperinterner Signale und spielt für das Erleben von Emotionen eine essentielle Rolle. Verschiedene klinische Gruppen zeigen Auffälligkeiten interozeptiver Fähigkeiten. Gleichzeitig liegen kaum Daten des Einflusses therapeutischer Interventionen auf diese vor. Die Studie untersuchte daher den Einfluss eines 4-wöchigen Mindfulness-Based Stress Reduction Programms (MBSR) auf unterschiedliche Facetten der Interozeption, nämlich interozeptive Akkuranz (IA), interozeptive Sensibilität (IS) und interozeptives Metabewusstsein (IM), bei depressiven Patienten.

Untersucht wurden 38 stationäre Patienten einer psychosomatischen Klinik (24 weiblich, Durchschnittsalter M= 44.53, SD= 9.98). 19 durchliefen additiv zum kognitiv-behavioralen Therapieprogramm ein 4-wöchiges MBSR-Training. Erfasst wurden die IA mittels Heartbeat Tracking Tasks und die IS mittels Fragebogen zu Beginn und Ende des MBSR-Gruppenmoduls. Unter Verwendung von IA und IS wurde das IM durch eine receiver operator characteristic (ROC) Kurve berechnet.

Als Hauptergebnis zeigte sich eine signifikante Verbesserung der IA aller Patienten (F(1, 36) = 4.44, p < .04,

η= 0.11), jedoch kein signifikanter Unterschied zwischen beiden Patientengruppen [$F(1, 36) = 0.154$, $p < .697$, η< 0.01]. Es wurde keine signifikante Verbesserung der IS gefunden ($F(1, 36) = 1.26$, $p < .268$, η= 0.03). Auch das IM verbesserte sich nicht signifikant [z-Test für ROC Kurven, Treatment-Gruppe ($z = 0.13$, $p = .899$); Kontrollgruppe ($z = 0.03$, $p = .979$)].

Die Ergebnisse betonen die Relevanz einer differenzierten Betrachtung interozeptiver Facetten und ihrer unterschiedlichen Effekte im Rahmen von Achtsamkeitsinterventionen bei depressiven Patienten. Die weitere Forschung sollte Bestimmungsgrößen, wie Dauer und Intensität von Trainingseinheiten, für mögliche Verbesserungen interozeptiver Fähigkeiten bei MBSR-Trainings untersuchen, um gesundheitsförderliche Maßnahmen abzuleiten.

Keywords: Interozeption – Achtsamkeit – MBSR – Depression

Kontakt: georgios.karanassios@uni-ulm.de

[1] Universität Ulm, [2] Psychosomatische Klinik Windach a. Ammersee

The Art of Nudging: Individual Differences in Nudge Effectiveness Regarding Self-Control and Knowledge

Kawa, Christine[1]; Gijselaers; Wim[2]; Ianiro-Dahm, Patrizia[1]

Background: Nudging has been identified as a promising health behavior intervention. Nudges aim to influence people's judgment, choice or behavior in a predictable way. Research has identified a wide range of effective nudges in various fields. However, while knowing that some nudges work, we do not know much about their underlying explanatory mechanisms. Especially understanding about the impact of moderators (individual characteristics such as knowledge and self-control) is missing.

Method: A univariate experimental design with one factor (nudge) was conducted with 91 German high school students of the graduating class. Two experimental conditions were exposed to a gender-specific nudge. A third group served as a control group. All participants were asked to taste blueberries and chocolates and the amount of the consumed food was measured. Trait self-control and knowledge regarding healthy eating behavior were assessed as moderators after the food tasting.

Results: The results of multiple ANCOVAs show, that the exposure to the nudge influenced overall food consumption ($F(2, 84) = 4.476$, $p < .05$) and chocolate consumption ($F(2, 86) = 7.285$, $p < .05$). As expected, nudged males ate more food in general and more chocolate than nudged females. Contrary to the expectations, nudged males ate more chocolate than the control group. Self-control moderates nudge effectiveness on unhealthy food consumption ($F(2, 83) = 7.202$, $p < .05$).

Discussion: The findings provide useful insights regarding nudges development as health interventions and suggest that a target-specific nudge development is important. Theoretical and practical implications for the implementation of nudges are discussed.

Keywords: nudge – self-control – knowledge – health intervention – eating behavior

Contact: christine.kawa@h-brs.de

[1] Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, [2] Maastricht University

Salutogenetische Entwicklungsprozesse von Frauen mit verhaltensauffälligen Kindern – eine Aufforderung zum Perspektivwechsel

Klappstein, Kerstin[1]

Hintergrund: Der Alltag mit einem verhaltensauffälligen Kind geht für Frauen mit Stressoren einher, die oft zu einer Einengung auf die Rolle „Mutter-sein" führen. Die Multifamilientherapie im klinischen Setting regt einen therapeutischen Prozess zur Erarbeitung von Copingstrategien an. Welche individuellen Entwicklungsprozesse erleben aber die Frauen, im Kontext ihrer Lebensgeschichte sowie der personalen und sozialen Ressourcen im Rahmen der Therapie? Die vorliegende Studie geht davon aus, dass eine umfassende Beurteilung der Entwicklungsprozesse der Frauen nur im Kontext ihrer Lebensgeschichte, ihrem Verständnis von Gesundheit und im Hinblick auf ihre Rolle in ihrem Familiensystem zu verstehen sei.

Methode: Qualitative Längsschnittstudie mit 16 Frauen im mittleren Lebensalter, die mit ihren psychisch erkrankten Kindern im klinischen Setting an der Multifamilientherapie teilgenommen haben, wurden zu zwei Interviewzeitpunkten durchgeführt (Prä/Post-Therapie). Die Interviews wurden mittels interpretativer Fallanalysen, Kategorisierung und Typenbildung, im Sinne der grounded theory, analysiert.

Ergebnisse: Es wurden Belastungen, Bewältigungsstrategien und Ressourcen der Frauen in den unterschiedlichen Lebensphasen identifiziert. Die Themen „soziale Unterstützung" und „Bindung" lassen sich u.a. als wichtige Faktoren in allen 3 Bereichen beschreiben. Ein wichtiges Ergebnis dieser Arbeit sind 6 Entwicklungsprozess-Typen, die die Frauen von „Gestärkt" über „Ambivalent" bis „Enttäuscht" klassifiziert und die Entwicklungsprozesse unter salutogenetischen, systemischen, entwicklungspsychologischen und bindungstheoretischen Aspekten beurteilt.

Diskussion: Die Lebensverläufe der untersuchten Frauen im Kontext aktueller gesundheitswissenschaftlicher Literatur und der Frauenforschung fordern zu einem gesellschaftlichen und therapeutischen Perspektivwechsel auf. Dieser bedeutet eine differenziertere Auseinandersetzung mit den Bedürfnissen aber auch Stärken, der in den Entwicklungstypen beschriebenen Frauen, der über die Rolle der „Mutter eines auffälligen Kindes" hinausgeht.

Keywords: Qualitative Längsschnittstudie – Grounded

theory – Frauenforschung – Multifamilientherapie – Perspektivwechsel – Coping, Entwicklungsprozess – Bindungserfahrung

Kontakt: info@dr-klappstein.de

[1] Europauniversität Flensburg

Einstellungen zu Grippeschutzimpfungen und Herdenimmunität

Lages, Nadine C.[1]; Kollmann, Josianne[1]; Debbeler, Luka Johanna[1]; Renner, Britta[1]

Hintergrund: Die Weltgesundheitsorganisation hat Impfmüdigkeit dieses Jahr als eine von zehn Bedrohungen für die globale Gesundheit erklärt. Insbesondere Personen, die sich selbst nicht impfen lassen, in der Annahme, sie seien durch die Impfungen anderer geschützt (i.e. *free-rider*), erschweren das Erzielen einer ausreichenden Herdenimmunität. In der vorliegenden Studie wurden impfstoffbezogene Einstellungen und Risikowahrnehmungen von free-ridern und prosozialen Akteuren (d.h. Personen, die sich impfen lassen, um andere zu schützen) verglichen.

Methode: Insgesamt nahmen 505 Personen im Jahr 2018 an einer Online-Umfrage teil, die folgende Aspekte erfasste: (1) Einstellungen gegenüber prosozialem Impfverhalten und dem Verhalten von free-ridern, (2) das wahrgenommene Risiko einer Ansteckung mit Grippe und anderen Infektionskrankheiten für sich selbst und andere (3) das wahrgenommene Risiko von Impfstoffnebenwirkungen für sich selbst und andere, und (4) die wahrgenommene Wirksamkeit des Impfstoffs. ANOVAs und Post-hoc-Tests (Bonferroni) wurden berechnet.

Ergebnisse: Free-rider und prosoziale Akteure unterschieden sich nicht in ihrem wahrgenommenen Grippe-Risiko für sich selbst (F(2, 395)=2.57, p=.077) und für andere (F(2, 410)=1.57, p=.208). Die beiden Gruppen unterschieden sich auch nicht in ihrer Risikowahrnehmung für andere Infektionskrankheiten. Entgegengesetzt schätzten free-rider (M=4.47) ihr Risiko für Nebenwirkungen des Grippeimpfstoffs als signifikant höher ein als prosoziale Akteure (M=3.24), F(2, 448)=20.69, p<.001. Darüber hinaus bewerteten sie die Wirksamkeit des Impfstoffs als niedriger verglichen mit prosozialen Akteuren (M=36.86 vs. M=55.39, F(2, 445)=21.55, p<.001).

Diskussion: Die Ergebnisse implizieren, dass free-rider das Krankheitsrisiko nicht anders einschätzen, sondern auf die Impfung selbst (das Verhalten) anders reagieren. Daher sollten öffentliche Gesundheitskampagnen die Kosten-Nutzen-Verhältnisse von Impfungen stärker in den Fokus rücken und den sozialen Nutzen von Impfungen hervorheben.

Keywords: Grippe – Risikowahrnehmung – Impfen – Kosten-Nutzen

Kontakt: Nadine.Lages@uni-konstanz.de

[1] Universität Konstanz

Auswirkungen kombinierter körperlicher Aktivität und systematischer Entspannung auf Wohlbefinden und Stresserleben - Eine Mehrgruppenstudie im Verlaufsdesign

Lein, Sophie[1]; Muehlan, Holger[1]; Schmidt, Silke[1]; Rostalski, Tim[1]

Hintergrund: Ziel dieser Untersuchung ist die Ermittlung der Auswirkungen einer kombinierten Ausführung von sportlicher Aktivität und systematischer Entspannung auf Wohlbefinden und Stresserleben sowie auf Selbstwirksamkeit und Motivation zu sportlicher Aktivität, im Vergleich zu alleiniger sportlicher Aktivität oder Entspannung.

Methode: Die quasi-experimentelle Studie untersuchte an einer Gelegenheitsstichprobe über einen Zeitraum von 10-14 Wochen psychologische Veränderungen durch die Teilnahme an einem von drei Sportkursen (n=68) – Fitness-Kurs (FK: Sportliche Aktivität), Entspannungs-Kurs (EK: Hatha-Yoga) und Kombinations-Kurs (KK: Sportliche Aktivität mit anschließender Progressiver Muskel¬relaxation). Zur Prüfung der Auswirkungen auf habituelles Wohlbefinden (FAHW-12), gesundheitsbezogenes Befinden (WHO-5), Stresserleben (PSQ-20), Selbstwirksamkeit (ASWE, SSA) und Motivation zu sportlicher Aktivität (SSK) wurden drei Erhebungen im Laufe des Kurszeitraums durchgeführt (Kursbeginn, 7. Kurswoche, Kursende). Direkte Auswirkungen wurden ferner über ambulantes Assessment des momentanen Befindens (MDBF) und des akuten Stresserlebens (Single-Item) mehrfach täglich erfasst.

Ergebnisse: Es zeigten sich signifikante positive Haupteffekte über die Zeit für Selbstwirksamkeit (p=.005-.049) und Motivation (p=.032), zudem signifikante Interaktionseffekte (Gruppe*Zeit) für habituelles (p=.049) und gesundheitsbezogenes Befinden (p=.033), mit höherem Anstieg für die KK. Hinsichtlich direkter Veränderungen nach den Sportkursen fanden sich signifikante Haupteffekte (Zeit) im momentanen Befinden bzgl. Valenz (p<.001) und Ruhe/Unruhe (p<.001) sowie dem akuten Stresserleben (p=.001) für alle drei Kursgruppen, ohne signifikante Gruppeneffekte.

Diskussion: Lediglich bei kombinierter Ausführung von sportlicher Aktivität und systematischer Entspannung kommt es zur Verbesserung des habituellen und gesundheitsbezogenen Befindens. Es gilt zu prüfen, ob diese Veränderung auf die spezifische Kombination zurückzuführen oder durch die Neuheit der Erfahrungen konfundiert ist und eine langfristige Ausführung ggf. wieder zum Absinken auf das Ausgangsniveau führt. Zudem gibt das ambulante Assessment Hinweise darauf, dass die kombinierte Ausführung einen übergeordneten Effekt gegenüber einer alleinigen sportlichen Betätigung entfalten könnte.

Keywords: Sportliche Aktivität – Systematische Entspannung – Wohlbefinden – Stresserleben – Selbstwirksamkeit

Kontakt: tim.rostalski@uni-greifswald.de

[1] Universität Greifswald

Long-term effects of a brief motivational intervention on daily steps: An exploratory pre-post analysis

Lorbeer, Noemi[1]; Keller, Jan[1]; Hohl, Diana Hilda[1]; Knoll, Nina[1]

Background: Brief motivational interventions can increase physical activity in the short-term, however, little is known about long-term effects. In the present exploratory pre-post analysis of effects of a brief motivational intervention, within-level associations between physical activity-related intention and accelerometer-assessed daily steps over 1 year were examined.

Method: Secondary data analyses of target persons (*n*=113 participants; aged 19 to 80 years) of the active control condition from a randomized controlled trial with adult couples were conducted. One week after the baseline assessment, control participants received a brief written motivation intervention leaflet aiming to increase their physical activity-related intentions. Daily steps were measured by accelerometers in 4 one-week wear periods at baseline and at three follow-ups up to 1 year. Participants also reported their physical activity intention related to these one-week periods, respectively. Multi-level models were fit.

Results: Participants showed an enhanced intention following the motivational intervention, but their daily steps did not change over 1 year. For same-time associations with daily steps as the outcome, no main effect of intention was found (β = -85.14, p = .522), but a marginal TIME (coded in weeks) x intention interaction emerged (β = 9.57, p = .051).

Discussion: After a successful intention manipulation in control participants, their intention levels became a stronger correlate of daily steps when time progressed (at p = .051). Possibly, participants learned over time how to better translate their intentions into action, however, mechanisms of such a potential learning process need to be further investigated using day-to-day assessments.

Keywords: physical activity – steps – accelerometer – long-term – intention

Contact: noemi.lorbeer@fu-berlin.de

[1] Freie Universität Berlin

Ambulatory Monitoring zur Begleitung von Job-Coachings für Arbeitslose

Moraß, Anna M.[1]; Thomas, Joachim[1]

Hintergrund: Ein zentrales Modell zur Vorhersage von Stress und Befinden ist das Job Demands-Resources Model. Doch neben Arbeit kann auch die gegensätzliche Situation der Arbeitslosigkeit mit Einschränkungen des Befindens einhergehen. Daher wird in dieser Studie der Einsatz der Methodik des Ambulatory Monitorings im Rahmen der Begleitung von Arbeitslosen erprobt. Das Monitoring wird einerseits als Messinstrument zur Erfassung des Befindens, beeinflussender Anforderungen und Ressourcen sowie deren Zusammenhänge verwendet. Andererseits wird die Methodik als Interventionsinstrument zur Unterstützung von Job-Coachings und zur Steigerung des Befindens eingesetzt.

Methode: Alle Studienteilnehmenden durchliefen ein Job-Coaching für Arbeitslose eines externen Unternehmens und gehörten der Interventionsgruppe mit Ambulatory Monitoring (n1 = 46) oder der passiven Kontrollgruppe (n2 = 26) an. In beiden Gruppen wurden zur Evaluation der Interventionswirksamkeit Online-Befragungen als Prä-, Post- und Follow-up-Messung durchgeführt. Im Rahmen des sechswöchigen Ambulatory Monitorings wurden die Teilnehmenden via Smartphone zweimal täglich befragt. Die so erhobenen situationalen Daten betreffen das Befinden, beeinflussende Anforderungen (z. B. Einsamkeit, Herausforderung) und Ressourcen (z. B. Selbstwirksamkeit, Autonomie). Eine anschauliche Auswertung der situationalen Daten wurde jedem zugehörigen Coach in Echtzeit bereitgestellt und inhaltlich in den Coaching-Sitzungen thematisiert. Implikationen für die Anwendbarkeit des Monitorings werden aus dem Studienablauf, den Feedbacks der Teilnehmenden und Coachs abgeleitet.

Ergebnisse: Die Datenauswertung erfolgt mittels thematischer Analysen, Varianz- und Mehrebenen-Analysen.

Diskussion: Die Studie stellt die Erprobung eines innovativen Konzepts zur Erfassung und Förderung der Gesundheit von Arbeitslosen dar. Dafür wird Ambulatory Monitoring als Assessment- und als Interventionsinstrument genutzt, um inter- und intraindividuelle Prädiktoren für das Befinden sowie dessen Veränderungsverläufe während des Job-Coachings zu erkennen.

Keywords: Ambulatory Monitoring – Coaching – Befinden – Wohlbefinden – Arbeitslosigkeit

Kontakt: Anna.Morass@ku.de

[1] Katholische Universität Eichstätt-Ingolstadt

Wirksamkeit einer App zur Primärprävention riskanten Hörverhaltens und Förderung gesunden Hörverhaltens in der Lebenswelt Freizeit

Muehlan, Holger[1]; Tomczyk, Samuel[1]

Hintergrund: Ziel war es, ein appbasiertes, primärpräventives Angebot zur Verringerung riskanten Hörverhaltens bzw. zur Förderung gesunden Hörverhaltens zu evaluieren, das auf die neuen Hörgewohnheiten und den veränderten Lebenskontext der Risikogruppe zugeschnitten ist. Es sollte geprüft werden, ob sich damit gesundes Hörverhalten fördern lässt und die diesem zugrunde liegenden erlebens- und verhaltensbezogenen Komponenten positiv beeinflusst werden können. Dafür wurden die Effekte der Maßnahme auf Einstellungen, Kognitionen, Wissen und Motivation mit Bezug auf

„gesundes Hörverhalten“ im Lebenskontext Freizeit / Digitales in der Zielgruppe Jugendlicher und junger Erwachsener (16-25 bzw. 26-35 Jahre) untersucht.

Methode: Randomisierte Kontrollgruppen-Studie als Online-Umfrage mit zwei Messzeitpunkten (mindestens 14 Tage Abstand), zwischen denen die Untersuchungsgruppe die Möglichkeit hatte, die App zu nutzen (die Kontrollgruppe erhielt keinen Hinweis bzw. kein Angebot zur Nutzung der App). Zielgrößen der Veränderung waren Indikatoren mit Schwerpunkt digitales Hörverhalten/Musikhören mit Kopfhörer, daneben auch die Exposition gegenüber Lautstärke allgemein (insbesondere Musikveranstaltungen) sowie gesundes/riskantes Hörverhalten allgemein. Zielkriterien wurden sowohl über direkte als auch über indirekte Veränderungsmessung erfasst und in Form einer adaptierten Intention-to-Treat-Auswertung analysiert.

Ergebnisse: Rund 50 % der Interventionsgruppe gaben an, die App im Studienzeitraum genutzt zu haben. Die App erzielte einen positiven Effekt auf Einstellungen zu gesundem Hörverhalten mit Kopfhörern und auf Musikveranstaltungen. Die anderen Zielgrößen zeigten geringe Tendenzen, aber keine substanziellen Veränderungen im Rahmen der indirekten Veränderungsmessung. Insgesamt beurteilte die große Mehrheit der App-Nutzenden das Angebot bei der direkten Veränderungsmessung als subjektiv wirksam und als für die individuelle Förderung gesunden Hörverhaltens nützlich.

Diskussion: Die App-basierte Intervention erreicht die Zielgruppe, wird subjektiv als wirksam beurteilt und bewirkt in ausgewählten Bereichen nachweislich Veränderungen. Damit erfüllt das Angebot wichtige Voraussetzungen für den Einsatz in der Primärprävention von Hörverlust, Hörschädigungen und riskantem Hörverhalten. Es wurde deutlich, dass spezifische Elemente der Maßnahme das Potenzial haben, differentiell wirksam zu sein.

Keywords: Prävention – Hörverhalten – Evaluation – App

Kontakt: holger.muehlan@uni-geifswald.de

[1] Universität Greifswald

Show me Your Feelings: The Interplay Between Affective Empathic Accuracy and Health-Related Factors.

Oldenburg, Mara[1]; Klaiber, Patrick[1]; Blanke, Elisabeth S.[2]; Rauers, Antje[3]; Knoll, Nina[1]; Riediger, Michaela[3]

Background: As an important health-related correlate, affective empathic accuracy (EA) is the correct inference of others’ feelings. It involves a target person experiencing feelings and the respective judgment of an empathizer. Research has mostly focussed on the empathizer, however, both partners’ empathic skills can contribute to the communication satisfaction. In the present study, associations between affective EA and health-related factors of target persons were examined.

Method: A total of N = 208 women (unfamiliar to each other) from the Berlin area were paired in dyads and participated in a lab-based videotaped conversation task (i.e., EA paradigm). Each participant was asked to tell (i.e., target person) the conversation partner (i.e., empathizer) details of a positive and negative event from their personal life. Based on videotapes and women’s self- and other-reported affective states, EA scores for positive and negative affect were derived. Moreover, participants reported on health-related factors such as their self-esteem. Actor-Partner-Interdependence Models for indistinguishable dyads were run.

Results: When talking about negative events, target persons with higher self-esteem were less accurately judged (i.e., lower EA), whereas no significant associations were found when women talked about positive events. Effects replicated for other health-related factors of target persons (e.g., life-satisfaction, social connectedness; reversed effects for depressive symptoms).

Discussion: Target persons reporting improved health-related factors could have possibly hidden negative feelings to leave a positive impression. However, future studies should examine whether effects replicate when repeating the EA paradigm with the same target person, but another empathizer.

Keywords: empathy – empathic accuracy – self-esteem – communication

Contact: mara.oldenburg@fu-berlin.de

[1] Freie Universität Berlin, [2] Humboldt-Universität zu Berlin, [3] Friedrich-Schiller-Universität Jena

Kontinuierliches Glukosemonitoring und Distresserleben bei Menschen mit Diabetes: Implikationen für die Schulungspraxis

Priesterroth, Lilli[1]; Ehrmann, Dominic[2]; Kulzer, Bernd[2]; Kubiak, Thomas[1]; Hermanns, Norbert[2]

Hintergrund: Mit jedem Sensorscan erhalten Menschen mit Diabetes, die ein iscCGM-System zur kontinuierlichen Glukosemessung nutzen, einen aktuellen Glukosewert und Informationen über vergangene sowie zukünftige Glukoseverläufe. Die ständige Verfügbarkeit der Werte kann prinzipiell helfen, die glykämische Kontrolle zu verbessern. Gleichzeitig kann der Einblick in die täglichen Glukoseverläufe überfordernd sein und diabetesbezogenen Distress erhöhen. Ziel der Studie war es, Stresserleben im Kontext der iscCGM-Nutzung zu untersuchen.

Methode: Analysiert wurden Daten einer randomisiert-kontrollierten Studie, die die Wirksamkeit des Schulungs- und Behandlungsprogramms „FLASH“ evaluierte (NCT03173515). Die Stichprobe setzte sich zusammen aus n=121 Teilnehmenden, die das iscCGM-System bereits genutzt haben und n=78 Teilnehmenden, die erst zum Studienbeginn mit dem System ausgestattet wurden. Zusammenhänge zwischen Parametern der glykämischen Kontrolle und diabetesbezoge-

nem Distress wurden in Korrela tionsanalysen untersucht. Unterschiede zwischen iscCGM-erfahrenen und iscCGM-unerfahrenen Nutzer*Innen wurden varianzanalytisch modelliert.

Ergebnisse: Einzig in der iscCGM-erfahrenen Nutzergruppe zeigten sich signifikante Zusammenhänge zwischen Distress und dem HbA1c-Wert (r=0.32; p<0.001), dem mittleren Glukoselevel (r=0.40; p<0.001), der Zeit im Normbereich (70-180 mg/dl; r=-0.38; p<0.001) und der Zeit im hyperglykämischen Bereich (>180 mg/dl; r=0.41; p<0.001). Zum Follow-up-Zeitpunkt sechs Monate nach der Schulung zeigten Teilnehmende des Schulungsprogramms niedrigere Distress-Werte (1.5 vs. 1.1; p<0.001). Dabei berichteten iscCGM-erfahrene NutzerInnen signifikant höheren Distress als iscCGM-unerfahrene NutzerInnen (1.2 vs. 1.0; p=0.034). Den höchsten Distress gaben iscCGM-erfahrene NutzerInnen aus der Kontrollgruppe an, die nicht am Schulungsprogramm teilnahmen.

Diskussion: Die Ergebnisse geben Hinweis darauf, dass Menschen mit Diabetes möglichst früh an einem Schulungsprogramm teilnehmen sollten, um die Funktionen des Systems bestmöglich nutzen zu können. Die Teilnehmenden profitierten unabhängig von der iscCGM-Erfahrung vom FLASH-Schulungsprogramm.

Keywords: Diabetes mellitus – Diabetestechnologie – kontinuierliches Glukosemonitoring – diabetesbezogener Distress

Kontakt: lipriest@uni-mainz.de

[1] Johannes Gutenberg-Universität Mainz,
[2] Forschungsinstitut der Diabetes-Akademie Bad Mergentheim

Warnungen vor Gefahrenlagen: Der Einfluss von Ängstlichkeit und dem Gefahrenlagentyp auf die Veränderung von Risk Appraisal bei Erhalt einer Warnung

Rahn, Maxi[1]; Tomczyk, Samuel[1]; Schmidt, Silke[1]

Hintergrund: Warnungen spielen eine bedeutende Rolle im Rahmen eines erfolgreichen Katastrophenmanagements. Neben den Eigenschaften der jeweiligen Gefahrenlage und der Warnung selbst müssen dabei Personenmerkmale und Veränderungen auf Rezipientenseite beachtet werden. Untersucht wurde der Einfluss von Trait-Ängstlichkeit auf Risk Appraisal bei Erhalt von Warnungen zu verschiedenen Gefahrenlagen.

Methode: Insgesamt wurden 304 volljährige Personen online (N=239) oder über einen Paper-Pencil-Fragebogen (N=65) befragt. Trait-Ängstlichkeit wurde mit Hilfe des STAI-T erhoben. Es wurden vier Facetten von Risk Appraisal (Wahrscheinlichkeit, Schweregrad, antizipatorische Besorgnis und antizipierter negativer Affekt) vor und nach dem Erhalt eines realen Warntextes erfasst. Jedem Proband wurde einer von insgesamt fünf Warntexten (Fund einer Weltkriegsbombe, extreme Gewalttat, Großbrand, Unwetter und Ausfall der Notrufnummer) dargeboten. Berechnet wurden zweifaktorielle ANOVAs mit Messwiederholungsdesign.

Ergebnisse: Der Erhalt einer Warnung hatte in dieser Untersuchung Einfluss auf negativen antizipierten Affekt sowie antizipatorische Besorgnis. Trait-Ängstlichkeit sowie der Typ der Gefahrenlage beeinflussten alle Aspekte von Risk Appraisal, mit Ausnahme der Facette Wahrscheinlichkeit. Es fanden sich Interaktionseffekte zwischen dem jeweiligen Gefahrenszenario und negativem antizipiertem Affekt bzw. Schweregrad.

Diskussion: Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass verschiedene Aspekte von Risk Appraisal durch den Erhalt einer Warnung und durch Trait-Ängstlichkeit beeinflusst werden. Zukünftige Untersuchungen zu gefahrenspezifischen Unterschieden könnten Hinweise für die Weiterentwicklung einer guten Warnpraxis bereithalten.

Keywords: Risk Appraisal – Trait Ängstlichkeit – Warnung – Gefahr

Kontakt: maxi.rahn@uni-greifswald.de

[1]Universität Greifswald

Das Quartier als Setting zur Förderung sozialer Integration und Gesundheitskompetenz: das kommunale Gesundheitsförderungsprojekt „Gesunde Südstadt“

Röhrich, Christina[1]; Karl, Verena[2]; Pfeifer, Gabi[2]; Kohls, Niko[1]; John, Dennis T.[3]

Hintergrund: Das Projekt „Gesunde Südstadt“ hat den Schwerpunkt Gesundheitsförderung in den Lebenswelten. Es wurde im Rahmen des Programms „Gesunde Kommune“ der AOK Bayern initiiert und zielt auf einen Beitrag zur Verringerung der gesundheitlichen Ungleichheit im sozioökonomisch benachteiligten südlichen Bezirk der Stadt Nürnberg ab. Es werden bedarfsgerechte Präventions- und Gesundheitsförderungsmaßnahmen mit sozial benachteiligten Zielgruppen (Migranten, Geflüchtete, Erwerbslose) entwickelt und umgesetzt. Die Maßnahmen des Projekts orientieren sich an den Handlungsfeldern Ernährung, Bewegung und Stressmanagement des Leitfadens Prävention. Die Wirksamkeit des Projekts wird durch eine externe multiperspektivische, multimethodische Prozess- und Ergebnisevaluation untersucht.

Methode: 97 Maßnahmendokumente, acht Interviews mit Teilnehmenden, drei Interviews mit Durchführenden sowie vier Beobachtungen der Maßnahmen wurden mit qualitativer Inhaltsanalyse standardisiert ausgewertet. Eine TN-Befragung (n = 35) mittels Fragebögen (Wong-Baker-Face-Scales; F-SozU-K6; WHO-5; PSQ 20) wurde standardisiert deskriptiv und inferenzstatistisch ausgewertet.

Ergebnisse: Erste Ergebnisse zeigen, dass die Maßnahmen durch die Teilnehmenden eine hohe Akzeptanz erfahren und den Teilnehmenden ein ausgeprägtes Maß an Partizipation und Mitgestaltung ermöglicht

wird. Weiterhin stellen die Maßnahmen eine Möglichkeit zur sozialen Integration für vulnerable Personengruppen, insbesondere für Personen mit Migrationshintergrund, dar. Mit der Stärkung sozialer Netzwerke wird eine wichtige Gesundheitsdeterminante positiv beeinflusst. Daneben scheinen die sozialintegrativen Aspekte der Maßnahmen eine Voraussetzung für die Verbesserung von Gesundheitskompetenz zu sein. Ein empirisches Modell zu Wirkfaktoren in kommunalen Gesundheitsförderungsprojekten wurde abgeleitet.

Diskussion: Die Evaluationsstudie belegt die Wirksamkeit eines verhältnisbasieren Ansatzes zur Gesundheitsförderung in Kommunen. Das Projekt „Gesunde Südstadt“ stellt einen wirksamen, lebensweltrelevanten und niedrigschwelligen Ansatz der soziallagenbezogenen Gesundheitsförderung im kommunalen Setting dar. Die Evaluationsstudie trägt zu einem besseren Verständnis der empirischen Wirkfaktoren in kommunalen Gesundheitsförderungsprojekten bei.

Keywords: Kommunale Gesundheitsförderung – sozial Benachteiligte – Partizipation – Gesundheitskompetenz

Kontakt: christina.roehrich@hs-coburg.de

[1] Hochschule Coburg, [2] Stadt Nürnberg,
[3] Evangelische Hochschule Nürnberg

Herzratenvariabilität im Job Demands-Resources Modell: Eine Ambulatory Assessment Studie zu Psychophysiologischen Stressreaktionen an Lehrkräften

Schmid, Regina Franziska[1]; Thomas, Joachim[1]

Hintergrund: Gemäß dem Job Demands-Resources (JD-R) Modell werden berufliche Stressreaktionen durch Anforderungen und Ressourcen bestimmt. Dabei üben Anforderungen einen befindensbeeinträchtigenden Effekt aus, der jedoch durch hohe Ressourcen reduziert werden kann. Generell bezieht sich das Modell auf alle Arten von arbeitsrelevanten Anforderungen, Ressourcen und Outcome-Variablen, so auch auf die körperliche Gesundheit einer Person. Die vorliegende Studie konzentriert sich daher auf die noch ungeklärte Rolle der Herzratenvariabilität (HRV) im JD-R Modell, wobei die HRV für einen stresssensitiven, physiologischen Indikator der kardiovaskulären Gesundheit steht. Eine Ambulatory Assessment-Studie sollte die HRV 1) als abhängige Variable im JD-R Modell im Vergleich zu Erschöpfung und 2) in Bezug auf Erschöpfung als moderierende Ressource im Stresspuffer-Prozess untersuchen.

Methode: Hierzu trugen 108 Lehrkräfte an zwei Schultagen einen Brustgurt zur Herzfrequenzmessung und beantworteten sechsmal täglich einen Smartphone-Fragebogen zu aktuellen Arbeitsanforderungen (Zeitdruck, emotionale Anforderungen), Arbeitsressourcen (Unterstützung, Kontrolle) und zur momentanen Erschöpfung.

Ergebnisse: Basierend auf 1094 Messzeitpunkten wurden Mehrebenenmodelle für die Outcome-Variablen HRV und Erschöpfung berechnet. Die Ergebnisse für HRV mit nur einem negativen Haupteffekt für Zeitdruck zeigten, dass HRV wenig geeignet ist, intraindividuelle, situationsabhängige Schwankungen abzubilden. Im Gegensatz dazu ergaben sich für Erschöpfung negative Haupteffekte für beide Anforderungstypen und ein positiver Haupteffekt für Unterstützung, jedoch ebenso keine Interaktionseffekte. Bedeutend ist jedoch, dass die HRV als moderierende personale Ressource sowohl den negativen Effekt von Zeitdruck als auch von emotionalen Anforderungen auf Erschöpfung abmildern konnte.

Diskussion: Diese Ergebnisse unterstreichen die Unterschiede zwischen subjektiven Befindenseinschätzungen und physiologischen Gesundheitszuständen und zeigen das Potenzial einer körperlichen Gesundheit und Erholungsfähigkeit als stresspuffernde Ressource im Lehreralltag auf.

Keywords: Job Demands-Resources Modell – Emotionale Erschöpfung – Herzratenvariabilität – Ambulatory Assessment

Kontakt: Regina.Schmid@ku.de

[1] Katholische Universität Eichstätt-Ingolstadt**Einfluss von Selbstregulation und Gewohnheit auf momentanes Snacking-Verhalten unter alltagsnaher Perspektive**

Schroeder, Stefanie[1]; Kollei, Ines[1]; van der Velde, Caroline[1]; Schrepfer, Hannah[1]; Steins-Löber, Sabine[1]

Hintergrund: Snacking, die Einnahme von Nahrung außerhalb von geplanten Mahlzeiten, ist ein Risikofaktor für Übergewicht und Adipositas und hängt mit mangelnder Fähigkeit zur Selbstregulation und mit Gewohnheitsverhalten zusammen. Bisherige Studien erfassen zwar Snacking-Verhalten als momentanes Maß in alltagsnahen Studiendesigns, berücksichtigen jedoch nicht die Fähigkeit zur Selbstregulation und den Einfluss von Gewohnheit unter einer alltagsnahen Perspektive. Ziel ist, den Einfluss von momentaner Selbstregulation und Gewohnheit auf momentanes Snacking-Verhalten zu untersuchen.

Methode: Es handelt sich um eine Studie mit alltagsnaher Erhebung. 60 Probandinnen und Probanden mit Snacking-Verhalten, Kontrollverlust beim Essen und BMI ≥ 18.5 werden gebeten über ihr Smartphone an 7 Tagen jede Nahrungsaufnahme vorab hinsichtlich ihrer Art einzuschätzen (Snack oder Mahlzeit, Essen oder Getränk). Zusätzlich sowie zufällig dreimal täglich unabhängig von einer Nahrungsaufnahme geben sie Auskunft zum momentanen Ausmaß an Selbstregulation über die Einschätzung momentan empfundenen Kontrollverlusts. Die Auswertung erfolgt mittels multilevel logistic regression analysis.

Ergebnisse: Die Studie befindet sich derzeit in der Durchführung. Es wird erwartet, dass momentanes

Snacking-Verhalten relevante Assoziationen zu momentan erhobener Fähigkeit zur Selbstregulation zeigt und die Häufigkeit vorangegangenen Snacking-Verhaltens (Gewohnheit) das Ausmaß von momentanem Snacking-Verhalten vorhersagt. Einflüsse von Geschlecht und Body Mass Index werden ebenfalls erwartet. Auf dem 14. Kongress der Fachgruppe Gesundheitspsychologie werden die Ergebnisse präsentiert.

Diskussion: Die Studie überwindet Limitationen bisheriger Studien zu Snacking-Verhalten, indem auch die Einflussvariablen Selbstregulation und Gewohnheit als momentane Maße einbezogen werden. Die Ergebnisse können einen relevanten Beitrag liefern zur Ableitung von Interventionen zur Veränderung von Snacking-Verhalten.

Keywords: Snacking – Ecological Momentary Assessment – Selbstregulation – Gewohnheit – Essverhalten

Kontakt: stefanie.schroeder@uni-bamberg.de

[1] Otto-Friedrich-Universität Bamberg

Zusammenhänge zwischen Sozialkapital und psychischem Wohlbefinden von Führungskräften – Empirische Befunde aus einem IT-Unternehmen

Schubin, Kristina[1]; Zeike, Sabrina[1]; Pfaff, Holger[1]

Hintergrund: Aufgrund der steigenden psychischen Belastung am Arbeitsplatz zeigen Öffentlichkeit und Wirtschaft zunehmendes Interesse an psychischen Gefährdungsbeurteilungen. Sozialkapital wird hierbei als nützliche Ressource zur Erhaltung des psychischen Wohlbefindens erachtet. Allerdings haben Forschung und Praxis die Klientel der Führungskräfte in dieser Hinsicht bislang vernachlässigt. Die vorliegende Arbeit geht daher folgenden Fragen nach: Hat Sozialkapital einen Einfluss auf das psychische Wohlbefinden von Führungskräften? Zeigen Alter, Geschlecht und arbeitsbezogene Faktoren Effekte auf das psychische Wohlbefinden von Führungskräften?

Methode: Anhand eines querschnittlichen Befragungsdesigns mit n=368 Führungskräften eines deutschen IT-Unternehmens wurde der Einfluss von Sozialkapital auf das psychische Wohl-befinden untersucht. Die verwendeten Messinstrumente waren der WHO5-Wohlbefindens-Index und SOCAPO-E. Die Datenauswertung erfolgte deskriptiv und mittels einer hierarchischen logistischen Regressionsanalyse.

Ergebnisse: Die deskriptiven Ergebnisse zeigten, dass 21,5% der Führungskräfte ein schlechtes psychisches Wohlbefinden aufwiesen. Aus der hierarchischen Regressionsanalyse ging hervor, dass ein höheres Maß an Sozialkapital ($p<0,001$, OR=0,809, 95%CI=0,729-0,899) sowie die Anzahl monatlicher Arbeitsstunden ($p<0,001$, OR=1,017, 95%CI=0,729-1,026) signifikant mit einem höheren psychischen Wohlbefinden zusammenhängen. Alter und Geschlecht zeigten keinen signifikanten Einfluss.

Diskussion: Die vorliegende Studie gibt einen wertvollen Einblick in den bislang wenig erforschten Zusammenhang zwischen Sozialkapital und psychischem Wohlbefinden von Führungskräften in IT-Unternehmen. Im Rahmen zukünftiger Längsschnitt- und Interventionsstudien sollten weitere Confounder sowie Interaktionen betrachtet werden, um eine mögliche Kausalität des Zusammenhangs zu prüfen. Akteure in der Praxis können anhand dieser Studie Maßnahmen zur Förderung des psychischen Wohlbefindens von Führungskräften ableiten.

Keywords: Wohlbefinden – Sozialkapital – Führung – Gesundheitsförderung

Kontakt: kristina.schubin@uni-koeln.de

[1] Universität zu Köln

Bedürfnisse, Präferenzen und Akzeptanz von E-Mental-Health-Angeboten zum Umgang mit Prokrastination bei Fernstudierenden: Eine qualitative Pilotstudie

Schumann, Sonja Katharina[1]; Apolinário-Hagen, Jennifer[1]; Fritsche, Lara[1]; Kemper, Jessica[1]

Hintergrund: E-Mental-Health Angebote bieten ein großes Potenzial für die Gesundheitsförderung im Fernstudium wie die Bewältigung studienbezogener Probleme, beispielsweise Prokrastination. Unklar ist jedoch, welche Haltung Fernstudierende zu solchen Angeboten einnehmen. Diese Pilotstudie hatte daher zum Ziel genauer zu untersuchen, (1) wie Fernstudierende Prokrastination erleben, (2) was sich Fernstudierende von einer Intervention zur Reduktion von Prokrastination wünschen und (3) ob sie ein E-Mental-Health-Angebot nutzen würden.

Methode: Es wurde eine qualitative Erhebung mit halbstrukturierten Face-to-Face-Interviews mit vier, über ein Prokrastinations-Screening (n=340) rekrutierten Studentinnen der FernUniversität in Hagen durchgeführt. Die Datenanalyse per MAXQDA erfolgte mittels einer qualitativen Inhaltsanalyse mit induktiver Kategorienbildung.

Ergebnisse: Die qualitative Inhaltsanalyse ergab 3 Hauptkategorien (Gründe, Folgen und Interventionsansatzpunkte) mit 14 Subkategorien. Gründe für Prokrastination umfassten zum Beispiel die Gegebenheiten des Fernstudiums (Flexibilität, soziale Isolation und Selbstorganisation) sowie Mehrfachbelastungen (Studium, Arbeit und Familie). Demnach stellt Prokrastination einen Belastungsfaktor mit einhergehendem Stress und Zeitmangel dar. Darüber hinaus sind das Auftreten und Ausmaß von Prokrastination von persönlichen Merkmalen abhängig. Dies spiegelte sich insbesondere in den angegebenen Schwierigkeiten des selbstregulierten Lernens wider. Als Interventionsformat stellten sich E-Mental-Health-Angebote nur bedingt als passend für die interviewten Studentinnen dar. Vielmehr äußerten die Befragten einen hohen Bedarf an mehr persönlicher sozialer Interaktion, Aufklärung sowie Struktur und Kontrolle von außen.

Diskussion: Prokrastination infolge von Mehrfachbelastungen sowie einer mangelnden Passung zwischen Lernpräferenzen und dem Grundkonzept eines Fernstudiums kann für Fernstudierende einen erheblichen Belastungsfaktor darstellen. In Hinblick auf E-Mental-Health-Angebote und weitere Maßnahmen zum Umgang mit Prokrastination bedarf es einer genaueren Herausarbeitung zielgruppenspezifischer Strategien, um der Diversität der Fernstudierendenschaft gerecht zu werden.

Keywords: Prokrastination – Aufschiebeverhalten – E-Mental-Health – Fernstudium – Fernstudierende – Interviews – qualitative Inhaltsanalyse – Selbstregulation – Stress – soziale Interaktion

Kontakt: sonja.k.schumann@googlemail.com

[1] FernUniversität in Hagen

Suchtpräventive Angebote an SBBZ Lernen: Akzeptanz, Effektivität und Desiderate nach Einschätzung von Studierenden der Sonderpädagogik

Spohn, Birgit Heike[1]

Die Bedeutung der schulischen Suchtprävention ist (weitgehend) unbestritten. Nur wenige empirische Studien setzen sich jedoch mit der Praxis der Suchtprävention im schulischen Kontext auseinander, d.h. mit der Frage, ob und wenn ja, in welcher Weise suchtpräventive Inhalte im Rahmen der Schule thematisiert werden. Dies gilt auch für die Beschäftigung mit der Akzeptanz und der Effektivität realer suchtpräventiver Angebote im sonderpädagogischen Bereich und mit Desideraten in Bezug auf suchtpräventive Angebote nach Einschätzung von Studierenden der Sonderpädagogik.

Vorgestellt wird ein aktuell laufendes Forschungsprojekt, das sich mit der Praxis der Suchtprävention an Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentren mit dem Förderschwerpunkt Lernen (abgekürzt: „SBBZ Lernen“) in Baden-Württemberg aus der Sicht von Studierenden der Sonderpädagogik beschäftigt. In Baden-Württemberg absolvieren Studierende der Sonderpädagogik während des Studiums mehrere, zum Teil mehrere Monate dauernde Praktika und verfügen oftmals auch über weitere Erfahrungen im sonderpädagogischen Bereich. Im Rahmen einer Fragebogenerhebung (Einpunkterhebung) werden circa 200 Studierende der Sonderpädagogik mit dem Förderschwerpunkt Lernen einer Hochschule in Baden-Württemberg befragt. Der selbst entwickelte Fragebogen enthält vier offene Fragen. Erfasst werden die Kenntnis von bzw. eigene Erfahrungen mit suchpräventiven Angeboten an SBBZ Lernen, Charakteristika der Angebote (Art, methodisch-didaktische Vermittlung etc.), eine Einschätzung der Akzeptanz und Effektivität der Angebote sowie Desiderate in Bezug auf die Suchtprävention an SBBZ Lernen. Die Antworten werden inhaltsanalytisch kodiert und die Besetzungshäufigkeiten der einzelnen Kategorien ermittelt. Die Ergebnisse werden dargestellt und kritisch diskutiert. Abschließend werden Implikationen für die weitere Forschung vorgestellt.

Keywords: addiction prevention – school – special education

Kontakt: spohn@ph-ludwigsburg.de

[1] Pädagogische Hochschule Ludwigsburg

Nutzung und Wirkung sozialer Medien während Depressionen - eine qualitative Befragung

Stelzmann, Daniela[1]

Hintergrund: Soziale Medien sind für viele Menschen ein wichtiger Bestandteil in ihrem Leben. Im Jahr 2011 veröffentlichte die American Academy of Pediatrics einen Bericht, der davor warnte, dass eine übermäßige Nutzung von Facebook zu Depressionen führen könnte. Seitdem haben viele Studien den Zusammenhang zwischen der Nutzung Sozialer Medien und Depressionen untersucht. Die Ergebnisse und das methodische Vorgehen variieren dabei stark. Einige von ihnen finden negative Effekte der Nutzung Sozialer Medien auf Depressive, andere finden positive sowie keine Effekte. Klinische Samples gibt es kaum. Häufig werden in den Studien einzelne depressive Symptome mit Depressionen gleichgesetzt. Die vorliegende Studie untersucht, (1) welche Motive klinisch diagnostizierte Depressive bei der Nutzung sozialer Medien haben. (2) Welche Wirkungen mit der Nutzung sozialer Medien einhergehen? (3) Und welche therapeutischen Maßnahmen sinnvoll sind, um durch die Nutzung Sozialer Medien den Krankheitsverlauf positiv zu unterstützen.

Methode: Da es gegenwärtig nur wenige Studien gibt, die klinisch diagnostizierte Depressive untersuchen, wird die aktuelle Studie im ersten Schritt behandelnde Therapeut*innen (qualitative Interviews, Anzahl: 12) befragen und deren Einschätzung zu den vorliegen Forschungsfragen erheben. Im zweiten Schritt der Stu die sollen dann klinisch diagnostizierte Depressive (qualitative Interviews, Anzahl: 9) zu den gleichen Forschungsfragen befragt werden. Die Länge der Interviews ist auf 1 Stunde ausgelegt.

Ergebnisse: Gegenwärtig werden die qualitativen Interviews erhoben und bis zur Konferenz mit Hilfe einer qualitativen Inhaltsanalyse und der Software f4 analysiert. Die Analyse erfolgt nach Mayrings Ablaufmodell der induktiven Kategoriebildung.

Keywords: Depression – Soziale Medien – Intervention – Qualitative Befragung – Mental Health

Kontakt: daniela.stelzmann@fu-berlin.de

[1] Freie Universität Berlin

Sleep disturbance in the general population

Tibubos, Ana Nanette[1,2]; Zenger, Markus[3]; Schmalbach, Bjarne[4]; Beutel, Manfred E.[1,2]; Brähler, Elmar[1,2]

Background: As sleep disorders have become a major concern in public health, there is a strong need for a brief and sound measure of sleep disturbance. The purposes of the study were to 1) evaluate factor structure and measurement invariance of an established sleep disturbance questionnaire, 2) validate the scale based on sociodemographic data and psychological distress, and 3) provide norm values for the general population.

Method: In a representative survey of the German population, N=2,515 participants (14 to 95 years) filled in the 4-item Jenkins Sleep Scale (JSS-4), sociodemographic questions and the Brief Symptom Inventory-18. The JSS-4 was analyzed by principal component analysis, confirmatory and multi-group confirmatory factor analyses. A multiple-indicator-multiple-cause model was tested to investigate the JSS-4's relationship to distress and sociodemographic variables.

Results: The one-factor structure of JSS-4 was confirmed. Given the heterogeneity of facets of sleep disturbance captured in the four items, the JSS-4's internal consistency was remarkably high. The JSS-4 was strictly invariant across both sexes, and partially strictly invariant across income groups and individuals living with or without a partner. With regard to the full age range, it showed partial scalar invariance. Female sex, higher age, living without a partner, lower education, lower income and increased distress were associated with more sleep disturbance.

Discussion: Normative data of sleep disturbance are now available allowing comparisons of obtained JSS-4 scores with different groups of the general population stratified by sex and age. Implications for public health and health care are discussed.

Keywords: sleep disturbance – assessment – questionnaire – psychological distress – epidemiology

Contact: AnaNanette.Tibubos@unimedizin-mainz.de

[1] Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, [2] Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung (DIW), [3] Hochschule Magdeburg-Stendal, [4] Westfälische Wilhelms-Universität Münster

Gesunder Schlaf für gesundes Altern - eine weitere Säule der Alzheimer-Prävention?

Tscharaktschiew, Nadine[1] ; Thees, Robin[1]

Hintergrund: Die Förderung eines gesunden Lebensstils (körperliche Bewegung, gesunde Ernährung, geistige Aktivität und die Pflege sozialer Kontrakte) ist eine etablierte Maßnahme zur Prävention der Alzheimer-Erkrankung. Schlafstörungen wurden hingegen bisher vorranging als Begleitsymptom der Erkrankung betrachtet. Umfangreiche Metaanalysen haben Ein- und Durchschlafstörungen (Insomnie) jedoch als weiteren Risikofaktor für das Entstehen von Alzheimer identifiziert.

Methode: Ein systematischer Literaturüberblick untersucht, (1) über welche Wege ein gestörter Schlaf Einfluss auf das Entstehen der Alzheimer-Erkrankung nehmen kann und (2) ob kognitiv-verhaltenstherapeutische Schlaftrainings eine Erweiterung bisheriger Präventionsmethoden darstellen könnten.

Ergebnisse: Bisher wurden zwei potentielle Wirkmechanismen identifiziert: Amyloid-Ablagerungen und mangelnde Neurogenese im adulten Hippocampus gelten als wichtige neurobiologische Marker der Alzheimer Erkrankung. Bei gestörtem Schlaf bilden sich vermehrt Amyloid-Ablagerungen (und andere Neurotoxine) im Gehirn, da diese durch den für Insomnie typischen mangelnden Anteil an Tiefschlaf am Gesamtschlaf nachts nur ungenügend aus dem Gehirn herausgewaschen werden. Des Weiteren beeinträchtigt mangelnder Tiefschlaf Hippocampus-abhängige Lern- und Gedächtnisprozesse sowie die adulte hippocampale Neurogenese.

Diskussion: Kognitiv-verhaltenstherapeutische Schlaftrainings werden erfolgreich zur Behandlung von Insomnien eingesetzt. Den Patienten wird ermöglicht, durch Änderungen einfacher Verhaltensweisen (z.B. regelmäßige Schlaf-Wachzeiten, Einschlafrituale, körperliche Aktivität am Tage, Förderung der körperlichen und geistigen Entspannung am Abend, Verkürzung der Bettliegezeit / Schlafrestriktion) ihren Schlaf zu verbessern und ihren Tiefschlafanteil zu erhöhen. Die Förderung gesunden Schlafs könnte langfristig dazu beitragen, das Alzheimer-Risiko zu reduzieren. Gesunder Schlaf könnte als eine weitere Säule der Empfehlungen für gesundes Altern in bestehende Präventionsprogramme integriert werden. Zudem könnten Schlaftrainings als weiteres Instrument der Alzheimer-Prävention eingesetzt werden. Längsschnittstudien könnten die Wirkung der Trainings untersuchen.

Keywords: Schlaftraining – gesunder Schlaf – Alzheimer – Prävention

Kontakt: nadine.tscharaktschiew@psychologie.tu-chemnitz.de

[1] Technische Universität Chemnitz

„Weil ich das will“ – Der Einfluss von Selbstbestimmung auf den Zusammenhang zwischen körperlicher Alltagsaktivität und Befindlichkeit

van der Velde, Caroline[1]; Seitz, Hanna[1]; Schroeder, Stefanie[1]; Wolstein, Jörg[1]; Steins-Löber, Sabine[1]

Hintergrund: Der Zusammenhang zwischen körperlicher Alltagsaktivität und Befindlichkeit konnte in alltagsnahen Studien belegt werden. Es gibt Hinweise darauf, dass sich Selbstbestimmung auf diesen Zusammenhang auswirkt. Bisher gibt es keine Studie, die den Einfluss der Selbstbestimmung mittels EMA in einem längeren Erhebungszeitraum erfasst und den Einfluss von Wochentagen berücksichtigt. Ziel dieser Untersuchung

war es, zu überprüfen, ob der Zusammenhang zwischen körperlicher Alltagsaktivität und Befindlichkeit (Valenz, Ruhe, Wachheit) durch Selbstbestimmung moderiert wird.

Methode: Die Alltagsaktivität von 41 Teilnehmenden (34 Frauen, Alter: 22.44±5.07 Jahre) wurde während eines siebentägigen Erhebungszeitraumes objektiv mittels Beschleunigungssensoren erfasst. Zusätzlich beantworteten die Teilnehmenden über ihr Smartphone (movisensXS) zu zufälligen Zeitpunkten am Tag Fragen zum Affekt und zur Selbstbestimmung. Die Daten wurden mittels Mehrebenenanalysen ausgewertet.

Ergebnisse: Es zeigte sich ein positiver Zusammenhang zwischen Alltagsaktivität und den Subskalen Valenz ($r = .05$; $p = 0.05$) und Wachheit ($r = .11$; $p < 0.001$), sowie ein negativer Zusammenhang zwischen Alltagsaktivität und Ruhe ($r = .05$; $p = 0.05$). Selbstbestimmung war ein Prädiktor für alle Subskalen (Valenz: $r = .20$; $p < 0.001$; Wachheit: $r = .19$; $p < 0.001$; Ruhe: $r = .18$; $p < 0.001$). Der Zusammenhang zwischen Alltagsaktivität und Ruhe wurde durch Selbstbestimmung moderiert ($r = .06$; $p = 0.03$). Wochentage hatten keinen signifikanten Einfluss auf den Zusammenhang.

Diskussion: Im Vergleich zu bisherigen Studien wurde in dieser Untersuchung der Erhebungszeitraum verlängert, so dass der Einfluss von Selbstbestimmung auf den Zusammenhang zwischen Alltagsaktivität und Befindlichkeit über die Wochentage hinweg kontrolliert werden konnte. Die Ergebnisse der Studie können einen Beitrag leisten zur Entwicklung von bewegungsspezifischen Interventionen.

Keywords: EMA – MDBF – Selbstbestimmung

Kontakt: caroline.van-der-velde@uni-bamberg.de

[1] Otto-Friedrich-Universität, Bamberg

Psychometrische Überprüfung der deutschen Version der VARSEEK-Skala

Wortmann, Hanna[1]

Hintergrund: Im Hinblick auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung spielt vor allem die Nahrungsmittelvielfalt eine wichtige Rolle. Dabei hat die Bereitschaft, neue und unbekannte Nahrungsmittel auszuprobieren, einen entscheidenden Einfluss auf die Vielfalt und damit auf die Qualität der Ernährung. Die Variety Seeking Tendency Scale (VARSEEK) gilt als gut geprüftes Messinstrument zur Erfassung dieser Bereitschaft; eine Validierung der deutschen Version der Skala liegt bisher allerdings nicht vor. Das Ziel der vorliegenden Studie war daher die Überprüfung der Faktorenstruktur sowie der psychometrischen Eigenschaften der deutschen VARSEEK-Skala sowie die Untersuchung von Gruppenunterschieden hinsichtlich relevanter Faktoren (Geschlecht, Alter, BMI).

Methode: Im Rahmen einer umfassenden Untersuchung zur Bestimmung der Determinanten und Korrelate gesunden Essverhaltens deutscher Erwachsener wurden insgesamt 532 Teilnehmende (82.6 % Frauen) im Alter von 18-91 Jahren ($M = 39.7$, $SD = 15.9$) entweder online (86.2 %) oder anhand von Papierfragebögen befragt. Zur Messung der Variety-Seeking-Tendenz wurde eine deutsche Übersetzung der 8 Items umfassenden VARSEEK-Skala verwendet.

Ergebnisse: Die Reliabilität der deutschen Skala erwies sich in Übereinstimmung mit der englischsprachigen Original-Skala als exzellent (Cronbachs $\alpha = .92$). Zudem konnte die Eindimensionalität der VARSEEK-Skala in der deutschen Version anhand exploratorischer (EFA) sowie konfirmatorischer (CFA) Faktorenanalysen repliziert werden. In der vorliegenden Untersuchung zeigten sich keine Alters- oder Geschlechtsunterschiede. Ein relevanter Gruppenunterschied zeigte sich dahingehend, dass normalgewichtige Teilnehmende im Vergleich zu adipösen Teilnehmenden eine höhere Bereitschaft zeigen, unbekannte Lebensmittel auszuprobieren.

Diskussion: Die Ergebnisse der vorliegenden Untersuchung zeigen, dass es sich bei der deutschen Version der VARSEEK-Skala um ein valides Instrument zur Messung der Variety-Seeking-Tendenz in der deutschen Bevölkerung handelt.

Keywords: Variety seeking – VARSEEK – dietary variety – food neophobia – psychometric properties

Kontakt: hwortman@uni-potsdam.de

[1] Universität Potsdam

Slot 2 – 09.00 - 10.30 Uhr

Symposium – Digital Devices in Health Psychology Research: Opportunities and Limitations

Hörsaal 1 – Moderation: Dr. Jan Keller & Konstantin Schenkel

The Potential of App-Based Mobile Interventions for Changing Eating Behaviors: A Systematic Review and Meta-Analysis

Wahl, Deborah Ronja[1]; Villinger, Karoline[1]; Boeing, Heiner[2]; Schupp, Harald T.[1]; Renner, Britta[1]

Background: The rising prevalence of NCDs challenges health psychology to find effective intervention strategies to change people´s health behaviors. In this context, new technologies such as smartphone applications are booming and increasingly considered in intervention development. In order to determine the potential of app-based mobile interventions for health promotion, a systematic review and meta-analysis was conducted to evaluate their effectiveness for changing important health behaviors such as eating and health-related parameters.

Methods: Seven databases were searched for studies published between 2006 and June 2017. Out of 10,132 identified records, 41 (27 of them were RCTs) were included in the analyses, comprising 6,348 participants and 373 outcomes. A systematic review was conducted according to the PRISMA guidelines to summarize the existing evidence. Further, a meta-analysis was conducted using a random effect model for quantifying intervention effects.

Results: In addition to beneficial effects on eating behaviors (g=0.19, CI=0.06-0.32, p=0.004) including fruit and vegetable consumption, positive effects for health outcomes (g=0.24, CI=0.06-0.43, p=0.009) such as obesity indices, blood pressure, and blood lipids, were identified. No significant moderating effects including study design, type of app, sample characteristics and intervention characteristics revealed. In terms of intervention content, most interventions comprised four BCTs, namely ‘Goals/Planning’, ‘Feedback/Monitoring’, ‘Shaping Knowledge’, and ‘Social Support’.

Discussion: The present findings underscore the potential of app-based mobile interventions as promising means for large-scale health promotion. However, the findings also raise important questions around intervention design, concerning e.g. the identification of universally effective versus contextually dependent ingredients of app-based mobile interventions.

Keywords: mHealth – app – health behavior – eating – meta-analysis

Contact: deborah.wahl@uni-konstanz.de

[1] Universität Konstanz, [2] DIFE Potsdam

The downside of the digital world: The association between daily smartphone use and exhaustion

Schenkel, Konstantin[1]; Radtke, Theda[1]; Scholz, Urte[1]

Background: An increasing amount of people uses mobile applications to check news and social media channels. Prior studies indicated that social media applications (SMA) and news applications (NA) are related to higher stress level. However, results are ambiguous with regard to the direction of this relationship. One reason might be that most research relied on cross-sectional data and self-reported smartphone use. Therefore, the aim of the present study was to examine the link between objectively measured daily SMA use, NA use and self-reported exhaustion with an intensive longitudinal design.

Methods: 144 participants (Mage = 34.7, SD = 10.8) reported their exhaustion in the evening during seven consecutive days. Additionally, a smartphone application monitored the daily minutes of SMA and NA use.

Findings: Multilevel analyses revealed that daily SMA use was unrelated to the evening exhaustion at the between-subjects level. However, results at the within-subject level indicated, that on days with higher than usual SMA use, participants reported less exhaustion. Regarding the NA use, analyses showed no association with exhaustion at the between- or the within-subject level.

Discussion: Potentially, these results could corroborate the buffer hypothesis as the use of SMA could be interpreted as social support helping to buffer exhaustion. As these are same-day analyses in an observational study, however, causal inferences are not possible. A technical limitation was the exact description of the SMA use. Overall, the present study using a data tracking technology contributes to the extant literature by taking an objective measurement and intra-individual differences into account.

Keywords: smartphone use – exhaustion – diary – objective measurement

Contact: konstantin.schenkel@psychologie.uzh.ch

[1] University of Zurich

Digital detox as solution? – Effects of a timeout from smartphone use on health-related variables

Radtke, Theda[1]; Schmocker, David[1]; Berli, Corina[1]; Scholz, Urte[1]

Background: The smartphone is an important communication tool at the workplace. However, the use of the smartphone blurs the boundary between work and leisure time by creating a permanent reachability. This might result in shorter recovery phases from work, compromising employee's health. Thus, the aim of this study was to examine the effect of a timeout from smartphone use on health-related variables like positive affect or recovery experiences.

Method: 137 employees with a mean age of 34.8 years were randomized to an experimental group (EG: two daily timeouts from smartphone use of at least one hour during two weeks) or a control group (CG: assessment only). Across the 14-day intervention phase, self-reported positive affect and recovery experiences were assessed in daily diaries. Smartphone use was assessed objectively with a mobile application.

Results: Multilevel analyses showed that employees in the EG and CG did not differ regarding their daily positive affect, recovery experiences and their smartphone use at the end of the intervention.

Discussion: The findings suggest that this sort of timeout from smartphone use does not lead to better daily health-related outcomes or a lower daily smartphone use. However, data collection via mobile applications has some shortcomings (e.g., apps that run in the background are counted as smartphone use). Future research should investigate longer timeouts from smartphone use and the monitoring of behavior via apps needs further improvement.

Keywords: smartphone use – digital detox – employees – RCT – daily diaries

Contact: Theda.Radtke@uzh.ch

[1] University of Zurich

Accelerometer-assessed Physical Activity and its Links to Willpower Beliefs in Patients with Knee Osteoarthritis

Di Maio, Sally[1]; Keller, Jan[1]; Felsenberg, Dieter[2]; Ertel, Wolfgang[2]; Schwarzer, Ralf[1]; Knoll, Nina[1]

Background: Regular physical activity (PA) was found to alleviate pain and improve function among patients with osteoarthritis of the knee (OAK). Heightened self-regulatory demands due to OAK severity, body mass, as well as depressive symptoms may prevent patients from engaging in more PA. Research on willpower – the capacity to exert self-control – suggests that believing in unlimited rather than in limited willpower predicts effective self-regulation. Accounting for health limitations in patients with OAK, the association of patients' willpower beliefs (WBs) with their daily PA is being examined.

Method: To identify the impact of OAK severity (WOMAC), body-mass-index (BMI), and depressive symptoms (CES-D) on the link between WBs and PA, objectively measured by accelerometers over a seven-day period, baseline data of a registered randomized controlled intervention study with 243 patients were examined (M=65.47 years, SD=0.49).

Results: PA exceeded recommended levels for patients with OAK. Moderation analyses revealed that associations of WBs with PA were further qualified by OAK severity, body mass, and depressive symptoms. When participants faced less challenging health conditions, believing in unlimited willpower was associated with more PA, whereas viewing willpower as a limited resource was linked with less PA. When health limitations were more demanding, WBs were unrelated with PA.

Discussion: Wearing accelerometer devices may have prompted OAK patients to increase their daily PA. Participants' WBs were associated with PA. However, facing greater health limitations seemed to erase this beneficial link. Changing WBs may help to successfully increase self-regulation and enhance PA. Future studies should identify conditions under which WBs effectively enable self-control.

Keywords: osteoarthritis – self-control – willpower beliefs – physical activity – obesity – depressive symptoms

Contact: sally.dimaio@fu-berlin.de

[1] Freie Universität Berlin, [2] Charité Berlin

Using Accelerometers in Couple Studies: How Romantic Partners Mirror Each Other's Physical Activity

Keller, Jan[1]; Hohl, Diana Hilda[1]; Pauly, Theresa[2]; Hoppmann, Christiane[2]; Knoll, Nina[1]

Background: Levels of moderate-to-vigorous intensity physical activity (MVPA) are partially synchronized within couples and this MVPA synchrony may be positively associated with long-term physical activity and relationship functioning. In this study, couples' MVPA synchrony following a dyadic planning intervention, in which both partners planned a designated target partner's behaviour change, and within-couple support exchange as a potential intervention mechanism were examined.

Method: Secondary data analyses of a randomized controlled trial with n=338 German couples (aged 18 to 80 years) were conducted. Couples were randomly assigned to a dyadic planning condition (DPC), an individual planning condition (IPC), or a no-planning dyadic control condition (CC). At baseline (T0) and at a 1-week follow-up (T2), MVPA synchrony was assessed using accelerometers during 7-day periods. Both partners reported how much support they received from each other and a couple-level reciprocal support exchange

indicator was created. Manifest path models controlling for baseline MVPA synchrony were fit.

Results: DPC couples did not differ from IPC or CC couples in their T2 MVPA synchrony. However, DPC couples reported enhanced T2 support exchange (vs. IPC couples: β=0.17, p=.002; as a trend vs. CC couples: β=0.11, p=.059), which, in turn, was linked with T2 MVPA synchrony (β=0.22, p<.001). Indirect effects were statistically significant.

Discussion: In accordance with the operational definition of dyadic planning, no direct effect of the DPC on MVPA synchrony was observed. However, more reciprocal support exchange following the intervention appeared to facilitate synchrony. Findings highlight the complexity of effects of dyadic planning on dyadic behaviour change.

Keywords: Dyadic planning – MVPA – accelerometer – synchrony – couples

Contact: jan.keller@fu-berlin.de

[1] Freie Universität Berlin,
[2] University of British Columbia

Settingsensitive Konzeptualisierung der Lebensqualität im Kontext der telemedizinischen Versorgung – Ergebnisse einer qualitativen Befragung chronisch physisch oder psychisch erkrankter Personen

Greffin, Klara[1]; Muehlan, Holger[1]; Froreck, Axel[1]; van den Berg, Neeltje[2]; Hoffmann, Wolfgang[2]; Ritter, Oliver[3]; Oeff, Michael[3]; Schomerus, Georg[4]; Schmidt, Silke[1]

Hintergrund: Auf Grundlage der Ergebnisse eines systematischen Literaturreviews wurden qualitative Studien zur Exploration von Erwartungen an, Erfahrungen mit und Bewertung von telemedizinischen Versorgungsmethoden aus Sicht von chronisch physisch oder psychisch erkrankten Patient/inn/en (mit oder ohne Telemedizin-Erfahrung) sowie Versorgenden bzw. Stakeholdern der Telemedizin-Versorgung in Deutschland durchgeführt.

Methoden: Zwischen Juli 2018 und Februar 2019 wurden bundesweit 63 semi-strukturierte Leitfadeninterviews (mit N=33 Patient/inn/en und N=30 Versorgenden) und 15 semi-strukturierte Fokusgruppen (N= 38 Patient/inn/en und N=31 Versorgende) durchgeführt und aufgezeichnet. Nach der Transkription der Gespräche erfolgte die Auswertung des Materials nach dem Vorgehen der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring unter Verwendung der Software MAXQDA.

Ergebnisse: Die Auswertung von 211 Patienten-berichteten und 238 Experten-berichteten Kategorien zeigt, dass neben allgemeinen, gesundheitsbezogenen und erkrankungsspezifischen Aspekten, auch versorgungsbezogene Faktoren einen Einfluss auf die Lebensqualität von Patient/inn/en haben können, die eine eigenständige Domäne abbilden. Dazu zählen die drei Facetten der bedürfnisorientierten Versorgungsgestaltung, das versorgungsbezogene Empowerment sowie das versorgungsbezogene Kontroll- und Sicherheitserleben.

Diskussion: Die Ergebnisse bilden die konzeptuelle und inhaltliche Grundlage zur Entwicklung eines ergänzenden Fragebogen-Moduls zur settingsensitiven Erfassung der Lebensqualität bei chronisch physisch oder psychisch erkrankten Patient/inn/en, bei denen telemedizinische Versorgungsmethoden zur Anwendung kommen.

Keywords: Telemedizin, Lebensqualität, patienten-berichtete Outcomes, qualitative Forschung

Kontakt: klara.greffin@uni-greifswald.de

[1] Universität Greifswald, [2] Universitätsmedizin Greifswald, [3] Städtisches Klinikum Brandenburg,
[4] Universitätsmedizin Leipzig

Subjektives Wohlbefinden von Patienten mit chronischen (dermatologischen) Erkrankungen

Peifer, Corinna[1]; Schuster, Barbara[2]; Zink, Alexander[2]

Hintergrund: Chronische Erkrankungen sind meist nicht nur mit physischem Leiden, sondern auch mit mentaler Belastung verbunden. Neben den Sorgen um den eigenen Gesundheitszustand wirkt gerade bei einigen chronischen Erkrankungen auch eine Stigmatisierung belastend. Umgekehrt haben psychologische Faktoren Effekte auf den Verlauf und die Schwere von Erkrankungen. Zur Messung der psychischen Verfassung von Patienten wurden im medizinischen Kontext bislang v.a. Maße für Stress, negative Affektivität und Depression verwendet. Fragebögen zur ganzheitlichen Messung subjektiven Wohlbefindens, die auch positiven Affekt enthalten, sind bislang weitgehend unbeachtet.

Methode: In dieser Studie vergleichen wir daher ganzheitlich das subjektive Wohlbefinden von 187 Patienten mit chronisch entzündlichen Haut- und Darmerkrankungen und HIV mit 106 gesunden Kontrollprobanden. Subjektives Wohlbefinden wurde mittels positivem und negativem Affekt (SPANE) sowie der subjektiven Lebenszufriedenheit (SWLS) gemessen.

Ergebnisse: Mittels linearer Regression und kontrolliert für Alter und Geschlecht fanden wir, dass Patienten mit chronisch dermatologischen Erkrankungen (β=-.16; p=.020), wie auch Patienten mit chronischen Darmerkrankungen (β=-.28; p<.000) signifikant geringeren positiven Affekt aufweisen als gesunde Kontrollprobanden (R^2 =.09; $F_{(5,280)}$=5.48; p<.000). Hinsichtlich des negativen Affekts unterscheiden sich nur Patienten mit chronischen Darmerkrankungen (β=0.16; p=.012) von gesunden Kontrollprobanden (R^2=.07; $F_{(5,280)}$=4.14; p=.001). Die Lebenszufriedenheit unterscheidet sich zwischen den Probandengruppen nicht. Sich anschließende Detail-Analysen geben ein noch differenzierteres Bild subjektiven Wohlbefindens für spezifische chronische Erkrankungen.

Diskussion: Verschiedene Erkrankungen zeigen verschiedene Muster der drei Komponenten subjektiven Wohlbefindens im Vergleich zu gesunden Kontrollprobanden. Insbesondere der positive Affekt zeigt bei den Patientengruppen signifikant geringere Werte. Daher sollte positiver Affekt zukünftig bei der Diagnostik von Patienten wie auch in Behandlungskonzepten stärker berücksichtigt werden.

Keywords: subjektives Wohlbefinden – positiver Affekt – chronische Erkrankungen

Kontakt: corinna.peifer@rub.de

[1] Ruhr-Universität Bochum, [2] Technische Universität München

Bedarfe und Erwartungen von Patienten mit seltenen Erkrankungen

Bloemeke, Janika[1]; Wocker, Maximilian[1]; Witt, Stefanie[1]; Bullinger, Monika[1]; Hebestreit, Helge[2]; Pfister, Lisa[2]; Quitmann, Julia[1]

Hintergrund: Patienten mit komplexen Beschwerdebildern, bei denen eine seltene Erkrankung (SE) vermutet wird, stehen vor besonderen Herausforderungen. Neben klinischen Symptomen, besteht ggf. eine psychiatrisch-psychosomatische (Co-)Morbidität. Die damit verbundenen Symptome können die Anzeichen einer SE beeinträchtigen und die Diagnosestellung und Behandlung erschweren.

Methode: Im Rahmen des vom Innovationsfond geförderten ZSE-DUO Projektes, in dem eine duale Lotsenstruktur bestehend aus einem somatisch-fachärztlichem und einem psychiatrisch-somatischem Lotsen in Zentren für seltene Erkrankungen (ZSE) etabliert werden soll, werden mit N=40 Patienten (≥ 12 Jahre), leitfadengestützte Telefoninterviews durchgeführt. Ziel der Interviews ist es, Informationen über die aktuelle Situation, das Wohlbefinden und die Erwartung an die Behandlung von Patienten mit Verdacht auf eine SE zu gewinnen. Der Interviewleitfaden basiert auf dem SF-8 Fragebogen, dem Distress-Thermometer und offenen Fragen zur Behandlungserwartung, sowie dem Gesundheitszustand. Die Interviews werden digital aufgezeichnet, anschließend transkribiert und mithilfe des Analyseprogramms MAXQDA mit der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring ausgewertet.

Ergebnisse: Die betroffenen Patienten berichten über eine hohe psychische und somatische Beschwerdelast und eine verminderte Lebensqualität. Weiter zeigt sich, dass eine korrekte Diagnosestellung, sowie ein fachkompetenter und respektvoller Umgang durch die behandelnden Ärzte als besonders wichtig erachtet werden, wobei die Wertschätzung der Patientensicht und die gemeinschaftliche Entscheidungsfindung im Fokus standen.

Diskussion: Der hohe Leidensdruck der Patienten verdeutlicht die Notwendigkeit der Etablierung einer dualen Lotsenstruktur im Gesundheitssystem. Die Ergebnisse der qualitativen Analyse werden vorgestellt und kritisch diskutiert.

Keywords: Seltene Erkrankungen – Behandlungserwartung – Lebensqualität – SDS

Kontakt: j.bloemeke@uke.de

[1] Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf,
[2] Universitätsklinikum Würzburg

Schlaftraining für Patienten mit chronischen Schmerzen und komorbider Insomnie: Die Wirkung auf Schlafqualität und Schmerzwahrnehmung

Onderka, Christiane[1]; Ende, Luisa[1]; Tscharaktschiew, Nadine[1]

Hintergrund: Patienten mit chronischen Schmerzen leiden häufig auch an verminderter Schlafqualität mit Ein- und Durchschlafstörungen (komorbide Insomnie). Wahrgenommene Schmerzintensität und verminderte Schlafqualität können sich hierbei gegenseitig verstärken. Das für den Einsatz im Rehabilitationsbereich entwickelte Schlaftraining basiert auf kognitiv-verhaltenstherapeutischen Methoden zur Behandlung der Insomnie (z.B. Schlafhygiene, Stimuluskontrolle, Schlafrestriktion) und wurde für Patienten mit chronischen Schmerzen um Elemente der psychologischen Schmerztherapie (z. B. Entspannungstechniken, Schlaf-Schmerz-Protokoll) ergänzt. Zudem wurde im psychoedukativen Teil u.a. der Zusammenhang von Schlaftiefe und Schmerzwahrnehmung erörtert.

Methode: Die Stichprobe besteht aus 41 Patienten mit chronischen Schmerzen und komorbider Insomnie. 26 Personen absolvierten das Training (4 Module à 60–90 Minuten), 15 Personen gehörten zur Kontrollgruppe. Die Teilnehmer legten ihre Schlafzeiten individuell fest und wählten aus, ob sie neben Schlafhygieneregeln auch Schlafrestriktion oder Stimuluskontrolle anwenden. Die Patienten erlernten, ungünstige Schlaf- und Schmerzbezogene Verhaltensweisen und Kognitionen zu erkennen und positiv zu beeinflussen. Schlafqualität und Schmerzwahrnehmung wurden mittels Fragebögen (PSQI, Schmerzskalen) vor und nach dem Training erfasst.

Ergebnisse: Die Treatmentgruppe zeigte stärkere Verbesserungen der Schlafqualität (d_{TG} = 1.73 p < .001, d_{KG} = .26, p = n.s.) sowie Verringerungen der maximalen und durchschnittlichen Schmerzstärke am Tag und in der Nacht (d_{TG} = -.76, p < .05 bis d_{TG} = -1.12, p < .001) als die Kontrollgruppe (d_{KG} = -.29 bis d_{KG} = -.43, alle p = n.s.).

Diskussion: Da sich nicht nur die insomnischen Beschwerden, sondern auch die Schmerzwahrnehmung vermindert haben, könnte Schlaftraining eine wirkungsvolle Ergänzung zur individualisierten Behandlung von chronischen Schmerzen (bei komorbider Insomnie) darstellen. Weitere Anwendungsmöglichkeiten im Bereich der Gesundheitsfürsorge (z.B. als „Gesundheitskurs“) sind möglich.

Keywords: Schlaftraining – (komorbide) Insomnie – chronische Schmerzen

Kontakt: christiane.onderka@s2012.tu-chemnitz.de

[1] Technische Universität Chemnitz

Session – Erfassung, Prädiktoren und Outcomes körperlicher Aktivität

Hörsaal 3 – Moderation: Dr. Daniela Zahn

Kann die bevölkerungsbezogene Erfassung körperlicher Aktivität mittels Selbstbericht durch eine Videodemonstration der Intensitätsgrade verbessert werden?

Siewert-Markus, Ulrike[1]; Ulbricht, Sabina[1]; Voigt, Lisa[1]; Ullrich, Antje[1]; Baumann, Sophie[2]; Dörr, Marcus[1]; John, Ulrich[1]; Freyer-Adam, Jennis[1]

Hintergrund: Die bevölkerungsbezogene Erfassung körperlicher Aktivität und individualisierte Interventionen zur Aktivitätssteigerung erfolgen zunehmend elektronisch oder web-basiert. Auf Selbstbericht basierende Erhebungsinstrumente, wie der International Physical Activity Questionnaire, der den Umfang körperlicher Aktivität getrennt nach verschiedenen Intensitäten erfasst, sind in diesem Zusammenhang ökonomisch einsetzbar, führen jedoch häufig zu einer Überschätzung. Ziel war es zu überprüfen, ob durch eine vorhergehende Videodemonstration der Intensitäten dieser Überschätzung im Selbstbericht entgegengewirkt werden kann.

Methode: Im Rahmen einer Tablet-Computer-gestützten Erhebung von Lebensstilfaktoren unter kardiologischen Patienten wurden die Teilnehmer zufällig einer Interventionsgruppe (n=190) und einer Kontrollgruppe (n=163) zugewiesen (82% der eligiblen Patienten). Beide Gruppen beantworteten den International Physical Activity Questionnaire-Short Form – die Interventionsgruppe mit vorhergehender Videodemonstration, die Kontrollgruppe ohne Videodemonstration. Der Effekt des Videos auf die selbstberichteten Minuten moderate/ anstrengende Aktivität pro Woche und Moderatoreffekte soziodemografischer Variablen wurden mittels zero-inflated Negativbinomialmodellen untersucht.

Ergebnisse: In der Gesamtstichprobe (N=353; mittleres Alter 62,6 Jahre; 65,4% Männer) zeigte sich kein Effekt der Videodemonstration darauf, ob und wie viele Minuten pro Woche moderate oder anstrengende Aktivität berichtet wurde. Bei Vorliegen anstrengender Aktivität berichteten Frauen in der Interventionsgruppe weniger Minuten anstrengende Aktivität pro Woche als Frauen in der Kontrollgruppe (Inzidenz Rate Ratio 0,46; 95%-Konfidenzintervall 0,25-0,86; p=0.02). Bei Männern moderierte das Alter und bei Frauen die Schulbildung den Videoeffekt.

Diskussion: Nur in bestimmten Untergruppen berichtete die Interventionsgruppe weniger Aktivität als die Kontrollgruppe. Weitere Forschung ist nötig um zu klären, ob Videodemonstrationen die Überschätzung selbstberichteter körperlicher Aktivität reduzieren können, um diese bevölkerungsbezogen adäquater erfassen und individualisierte Interventionen in ihrer Wirksamkeit optimieren zu können.

Keywords: Körperliche Aktivität – Messung – Selbstbericht – Intensitäten – individualisierte Intervention

Kontakt: ulrike.siewert@uni-greifswald.de

[1] Universitätsmedizin Greifswald, [2] Technische Universität Dresden

Motiviert die Identifikation mit der Trainingsgruppe ältere Erwachsene an einem Sturzpräventionsprogramm teilzunehmen?

Steckhan, Greta[1]; Fleig, Lena[1]; Warner, Lisa Marie[1]; Schubert, Bettina [2]

Hintergrund: Nach Carstensens Sozioemotionaler Selektivitätstheorie streben ältere Erwachsene im Vergleich zu jüngeren stärker nach emotional bedeutsamen Zielen. Soziale Motive, wie die Identifikation mit der Trainingsgruppe, könnten daher für ältere Personen entscheidend für die Teilnahme an einem Sturzpräventionsprogramm sein. Ziel dieser Studie war es, zu untersuchen, ob die soziale Identifikation mit der Trainingsgruppe über motivationale Variablen des Health Action Process Approach hinaus, die regelmäßige Teilnahme am Sturzpräventionsprogramm vorhersagt.

Methode: Diese Längsschnittstudie umfasst zwei Messzeitpunkte im Abstand von 6 Monaten. Zu T1 wurden Gruppenidentität, Risikowahrnehmung, Handlungsergebniserwartung, Selbstwirksamkeit, Gesundheitsstatus, sowie Wohnform der Teilnehmenden anhand von Selbstberichten erfasst. Zu T2 wurde die regelmäßige Teilnahme in den letzten 6 Monaten retrospektiv erhoben. Von den *N*=172 Teilnehmenden zu T1 (51-93 Jahre, *M*=75,85, *SD*=7.55, 85% Frauen), nahmen *n*=115 an T2 teil. Um die regelmäßige Teilnahme vorherzusagen, wurde eine moderierte multiple Regressionsanalyse gerechnet.

Ergebnisse: Die Gruppenidentität zu T1 sagte die regelmäßige Teilnahme zu T2 vorher, jedoch nur für Teilnehmende, die alleine leben (*B*=.81, *p*=.007). Risikowahrnehmung, Handlungsergebniserwartung und Selbstwirksamkeit wiesen keinen Zusammenhang mit der regelmäßigen Teilnahme auf (kontrolliert für Alter, Geschlecht, subjektiven Gesundheitsstatus).

Diskussion: Um die Reichweite zukünftiger gruppenbasierter Sturzpräventionsprogramme zu erhöhen, ist es wichtig, die Motive zu verstehen, die ältere Menschen zur Teilnahme an einem solchen Programm bewegen. Dabei könnte es sinnvoll sein, die sozialen Vorteile einer Teilnahme hervorzuheben.

Keywords: Gesundheitsförderung – Sturzprävention – Gruppenidentität – regelmäßige Teilnahme

Kontakt: greta.steckhan@medicalschool-berlin.de

[1] Medical School Berlin, [2] AOK Nordost

Wieso? Weshalb? Warum? – Prädiktoren für die Intention älterer Menschen, einen körperlich-aktiven Lebensstil zu führen

Labudek, Sarah[1]; Fleig, Lena[2]; Jansen, Carl-Philipp[1]; Kramer, Franziska[1]; Nerz, Corinna[3]; Klenk, Jochen[3,4,5]; Becker, Clemens[3]; Schwenk, Michael[1]

Hintergrund: Ob ältere Personen für die Aufnahme eines körperlich-aktiven Lebensstils motiviert sind, kann mit theoriebasierten, individuellen Faktoren wie motivationaler Selbstwirksamkeit, Handlungsergebniserwartung oder Risikowahrnehmung teilweise erklärt werden. In sozial-kognitiven Modellen wie dem Health Action Process Approach (HAPA) werden jedoch häufig die Qualität der Motivation (d.h. intrinsische oder extrinsische Motivation), wahrgenommene soziale Unterstützung sowie die körperliche Funktionsfähigkeit als mögliche Einflussfaktoren vernachlässigt. Die aktuelle Studie untersucht, inwieweit diese drei Faktoren mit der Intention älterer Personen, im Alltag körperlich aktiv zu sein, assoziiert sind.

Methode: 197 Teilnehmende (M_{Alter}=78,8; SD=5,5; 73,6 % weiblich) machten in einem Papierfragebogen Angaben zur motivationalen Selbstwirksamkeit, Risikowahrnehmung, Handlungsergebniserwartung, Motivationsqualität (BRE-Q3), wahrgenommenen sozialen Unterstützung (drei Items der 6-Item Loneliness Scale) und körperlichen Funktionsfähigkeit (Funktionsskala des LLFDI). Um Intention vorherzusagen, wurde eine multiple hierarchische Regressionsanalyse berechnet.

Ergebnisse: Motivationale Selbstwirksamkeit, Risikowahrnehmung und Handlungsergebniserwartung klärten 26,7 % der Varianz in Intention auf (F(3,193)=24,84; p<0,001). Motivationsqualität (β=0,23; p<0,001) und wahrgenommene soziale Unterstützung (β=0,13; p=0,031) waren signifikante Prädiktoren für Intention. Diese beiden zusätzlichen Prädiktoren steigerten den Anteil aufgeklärter Varianz um 5,5 % (F(6,190)=16,50; p<0,001). Weder wahrgenommene körperliche Funktionsfähigkeit, Alter noch Geschlecht waren signifikant mit Intention assoziiert.

Diskussion: Neben den im HAPA enthaltenen Prädiktoren für Intention erwiesen sich in dieser Studie Motivationsqualität und soziale Unterstützung als zusätzliche vielversprechende Korrelate. Eine zukünftige Untersuchung der Frage, ob sich Motivationsqualität und soziale Unterstützung nur auf die Intention oder auch auf tatsächliches körperliches Aktivitätsverhalten älterer Personen auswirken, ist daher lohnenswert. Die Förderung intrinsischer Motivation und sozialer Unterstützung durch komplexe Verhaltensinterventionen wie dem LiFE-Sturzpräventionsprogramm könnte ältere Personen nachhaltig dabei unterstützen, einen aktiven Lebensstil zu führen.

Keywords: Körperliche Aktivität – Health Action Process Approach – Gesundheitsverhaltensänderung – ältere Personen

Kontakt: labudek@nar.uni-heidelberg.de

[1] Universität Heidelberg, [2] Medical School Berlin, [3] Robert-Bosch-Krankenhaus Stuttgart, [4] Universität Ulm, [5] IB Hochschule Berlin

Selbstwirksamkeit für körperliche Aktivität im Alter – Eine Frage der Formulierung?

Popp, Johanna[1]; Notthoff, Nanna [1,2]; Warner, Lisa Marie[3,4]

Hintergrund: Der sozioemotionalen Selektivitätstheorie nach bewirkt das Altern eine Verschiebung der Aufmerksamkeit hin zu emotional bedeutsamen Zielen. In der Informationsverarbeitung manifestiert sich dies als Positivitätseffekt: Verglichen mit jüngeren verarbeiten und erinnern ältere Erwachsene positive relativ besser als negative Informationen. Fraglich ist, ob der Positivitätseffekt auch durch Ausfüllen positiv bzw. negativ formulierter Fragebögen entstehen kann.

Methode: N = 275 Teilnehmer/innen wurden zu einer positiv oder negativ formulierten Version eines Fragebogens zur Selbstwirksamkeit für körperliche Aktivität (kA) randomisiert. Selbstwirksamkeit, Intentionen für kA und geplante kA für die nächste Woche wurden in Abhängigkeit von Versuchs- und Altersgruppe untersucht; kontrolliert für Baseline kA, Fragebogen-Verständlichkeit, depressive Symptome.

Ergebnisse: Eine signifikante Altersgruppen*Experimentalkondition-Interaktion ergab, dass die Formulierung des Fragebogens nur für die älteste Altersgruppe einen Unterschied für ihre geplante kA machte (+350 Minuten verglichen mit jüngster Gruppe).

Diskussion: Dieses RCT liefert erste Evidenz für die Relevanz des Positivitätseffekts bei der Item-Formulierung für kA Planung, jedoch nicht für Intentionen und Selbstwirksamkeit.

Keywords: Selbstwirksamkeit – körperliche Aktivität – sozioemotionale Selektivitätstheorie – Positivitätseffekt – Mere-Measurement-Effekt – Alter – Fragebogenkonstruktion

Kontakt: lisa.warner@medicalschool-berlin.de

[1] Humboldt-Universität zu Berlin, [2] Universität Leipzig, [3] Freie Universität Berlin, [4] Medical School Berlin

Keynote – Prof. Elizabeth Murray, PhD

11.00 – 12.00 Uhr, Hörsaal 4
Moderation: Prof. Dr. Silke Schmidt

Prof. Elizabeth Murray, PhD

Digital health interventions: Promise and Pitfalls

Health care systems across the world are struggling to meet the challenges resulting from the success of modern medicine and public health, namely an increase in life expectancy leading to a growing ageing population, many of whom have multiple long-term conditions, and increasing consumer expectations from health care. It is often argued that digital health can help meet health care's triple aim of better care, better health outcomes and reduced expenditure, but to date, many of the claimed benefits have yet to be delivered.
In this talk I will focus on digital health interventions, or interventions that use digital technology to deliver health treatments to individuals. These may focus on behavior change (e.g. smoking cessation, increasing physical activity), promoting self-management of long term conditions, or on mental health treatments such as cognitive behavioural therapy or mindfulness training. I will highlight areas where there are significant challenges, including evidence of effectiveness; problems with implementation, use, uptake and integration into routine health care; and concerns around worsening health inequalities around the digital divide. I will explore ways of overcoming these challenges and outline a future agenda for research, policy and clinical practice.

Elizabeth Murray is a GP, Professor of eHealth and Primary Care, and Director of the eHealth Unit at University College London, UK. Following a US Harkness Fellowship in Health Care Policy 2001 – 02 she was awarded a Career Scientist Award from the UK Department of Health. She established the UCL eHealth Unit in 2003, which grew rapidly to be one of the largest, most-respected multi-disciplinary research groups in the field of eHealth in the UK. The Unit has three workstreams: developing and evaluating digital health interventions; implementation of digital health interventions into routine care; and the impact of digital health on health care professional-patient interactions. Elizabeth's grant income for the past 5 years is around GBP 20 million, and she has around 200 publications. She has set up and is Managing Director of a not-for-profit Community Interest Company, HeLP Digital, which exists to disseminate evidence-based digital health interventions developed at UCL across the NHS and internationally. From 2015 – 2018 she was Head of the Research Department of Primary Care and Population Health at UCL.

Slot 3 – 13.00 - 14.30 Uhr

Symposium – Children & Adolescents with Chronic Conditions: Challenges in Health Care & Intervention Research

Hörsaal 1 – Moderation: Prof. Dr. Monika Bullinger & Dr. Ingo Menrath

Pathways and barriers to psychosocial care for families with children with rare diseases – an expert survey

Bullinger, Monika[1]; Wingartz, Christina[1]; Witt, Stefanie[1]; Quitmann, Julia[1]; Wiegand-Grefe, Silke[1]; Bloemeke, Janika[1]

Background: Families with children with a rare disease have a high burden and face uncertainty, worries and fears. They often experience an odyssey of the health care system, which affects the whole family. Therefore, the central objective of the innovation fund-funded CARE-FAM-NET project is the implementation, scientific monitoring and transfer of a psychosocial intervention program for children and adolescents (0-21 years) with rare diseases and their families to improve mental health and quality of life of children with rare diseases and their families. Within the evaluation of the project, pathways and barriers to psychosocial care are identified from the point of view of health and education professionals, aiming to analyze and improve pathways-to-care (PTC) approaches to secondary and tertiary-preventive psychosocial interventions.

Method: With 10 experts each from the child/youth welfare, the education system, the somatic and psychosocial health service and the self-help (N = 50) guided focus groups/interviews are conducted. During the focus groups/interviews, the experts were asked about their experiences and expectations concerning pathways and barriers to psychosocial care. The interviews are digitally recorded, transcribed and analyzed with the help of the analysis program MAXQDA using the qualitative content analysis of Mayring.

Results: Results of the qualitative analysis will be presented and discussed critically. Due to the multiprofessional sample, it is expected that the experts will address different aspects regarding pathways to psychosocial care.

Discussion: On the basis of the expert survey and an additional patient survey, the results serve as a basis for the development of an evidence-based optimal PTC for children with RD to psychosocial care.

Keywords: pathway to care – rare diseases – children and adolescents – families – psychosocial care

Contact: bullinger@uke.de

[1] Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

From Asthma to preterm birth – effects of different education programs in pediatric health care

Menrath, Ingo[1]

Background: In pediatric health care patient education programs are highly important. Data of a new, modular program approach (ModuS) for different chronic conditions will be presented.

Method: First, data of ModuS programs for children with 7 different chronic conditions and their parents are shown. Disease-specific knowledge, children's health-related quality of life (HRQol), life satisfaction and condition-specific burden were measured before, directly following and 6 weeks after program participation. The results were compared with families who received a ModuS asthma program. Second, preliminary data of a prospective, controlled study about the ModuS-based ELWIS program for parents of children with very low birth weight (VLBW) are presented. With standardized questionnaires the parents' satisfaction with the program, knowledge and self-efficacy were tested after birth and 10 weeks later.

Results: 398 families participated in the ModuS programs. Families were highly satisfied with the programs and participation was associated with increased knowledge and HRQoL and reduced condition-specific burden ($p<0.01$). The results of the new programs were comparable with a ModuS asthma program. In the ELWIS study 26 parents who attended EWLIS and 29 parents who got no program support filled in questionnaires. The parents were highly satisfied with the program. The fathers' knowledge improved significantly ($p<0.05$), no significant effects were found for the mothers' knowledge or the parents' self-efficacy.

Discussion: ModuS programs are effective in different chronic conditions. The ModuS approach therefore offers the possibility to close health care gaps from different chronic conditions in childhood to parents of VLBW children.

Keywords: patient education programs – chronic conditions – parents of premature infants

Contact: ingo.menrath@ukshd.e

[1] Universität zu Lübeck

Quality of life profile in children/adolescents with chronic conditions: A meta-analysis with the KIDSCREEN questionnaires

da Silva, Neuza[1]; Pereira, Marco[2]; Otto, Christiane[1]; Ravens-Sieberer, Ulrike[1]; Canavarro, Maria Cristina[2]; Bullinger, Monika[1]

Background: The KIDSCREEN questionnaires were designed for screening in healthy and pediatric populations and are cross-culturally validated in 33 languages/44 countries. The long versions (KIDSCREEN-52; KIDSCREEN-27) provide quality of life (QoL) profiles based on five core domains: Physical Well-being, Psychological Well-being, Autonomy and Parent Relations, Peers and Social Support, and School Environment. This meta-analytic review aimed: (1) to estimate the magnitude of impairments in QoL domains in 8- to 18-year-old children/adolescents with chronic health conditions compared to healthy controls; and (2) to examine subgroup differences between child- and parent-reports.

Method: To identify studies using the KIDSCREEN questionnaires, three electronic databases were searched. The final search (February 14-15, 2018) revealed 528 non-duplicated records, of which 15 directly compared the QoL, as assessed by the KIDSCREEN-52/27 questionnaires, of pediatric patients to healthy controls and were included in the meta-analysis. Pooled mean differences (MD) with 95%CI were estimated using the inverse-variance random-effects method.

Results: Self-reported data were retrieved from 14 studies (3,533 cases/25,431 controls), and parent-reported data were retrieved from four studies (511 cases/433 controls). Pediatric patients presented significant QoL impairments in the domains of Physical Well-being (MD = -5.39, 95%CI: -6.94/-3.83), Psychological Well-being (MD = -1.01, 95%CI: -1.78/-0.24), and Peers and Social Support (MD = -1.93, 95%CI: -2.92/-0.94). No significant differences between subgroups of studies using self- or parent-reports were found.

Discussion: The identification of significant QoL impairments among pediatric patients in the physical, psychological and social domains highlights the importance of routine psychosocial assessment and intervention in primary pediatric healthcare services.

Keywords: children and adolescents – chronic health conditions – health-related quality of life – KIDSCREEN questionnaires – meta-analytic review – patient- and parent-reported outcomes

Contact: n.dasilva@uke.de

[1] Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, [2] University of Coimbra

Transition Competence as an indicator for health outcomes related to transition

Markwart, Henriette; Muehlan, Holger; Hauffa, Berthold[2]; Rodeck, Burkhard[3]; Ernst, Gundula[4]; Szczepanski, Rüdiger[5]; Thyen, Ute[6]; Schmidt, Silke[1]

Background: Adolescents are facing a change from pediatric oriented to adult oriented health care, a process that is called *transition.* Transition should be a structured, well-implemented, planned, and purposeful process which enables adolescents with chronic conditions, their parents, and their health care professionals to pass successfully from pediatric into adult medicine. The perspective of adolescents with chronic conditions before and after their transition is inevitable to find suitable measurements to offer sufficient preparation to this population in the process of transition. This study investigated the impact of transition competence on the outcomes of chronic-specific quality of life and health care satisfaction.

Method: Adolescents and young adults (AYAs) with diabetes were invited to participate. Transition competence (TCS), chronic-specific quality of life DISABKIDS Diabetes module (DM), and the satisfaction with care (YHC-SUN-SF) was assessed. Multiple linear regression was used to analyze the impact of TCS on YHC-SUN and DM.

Results: A total sample of N = 90 AYAs with diabetes participated. While 14 participants were before the transition process (M_{age} = 17.42, SD_{age} = 2.50), N = 76 were already treated in adult medicine (M_{age} = 21.25, SD_{age} = 2.76). The regression models for the subscale “treatment” of DM and the total score of the YHC-SUN-SF are significant in all steps of the analysis.

Discussion: We demonstrate that transition competence has an impact on chronic-specific quality of life and health care satisfaction. TCS and other constructs assessing the preparedness of AYAs with diabetes regarding transition can be employed to assess their needs for further support and specific interventions.

Keywords: Transition – Diabetes – Adolescents – Quality of Life – Health Care Satisfaction

Contact: henriette.markwart@uni-greifswald.de

[1] Universität Greifswald, [2] Universitätsklinikum Essen, [3] Christliches Kinderhospital Osnabrück, [4] Medical School Hannover, [5] Kinderhospital Osnabrück, [6] Universitätsklinikum Schleswig-Holstein

Symposium – Interozeption und Gesundheit: Aktuelle Forschungsergebnisse, physiologische Mechanismen und methodische Grundlagen einer reliablen Messung

Hörsaal 2 - Moderation: Prof. Dr. Beate M. Herbert

Die Veränderung der interozeptiven Akkuranz über die Lebensspanne

Nusser, Lisa[1]; Pollatos, Olga[1]; Zimprich, Daniel[1]

Hintergrund: Interozeptive Fähigkeiten spielen für die Wahrnehmung von körperinternen Signalen und damit verbundenen Grundbedürfnissen wie beispielsweise Hunger und Durst eine wichtige Rolle. Demzufolge stellen sie für gesundheitsbezogene Verhaltensweisen wie ausreichende Flüssigkeits- und Nahrungsaufnahme sowie auch für Selbst-, Stress- und Emotionsregulation eine zentrale Grundlage dar. Fehlende Regulationsprozesse können zur Entwicklung und Aufrechterhaltung risikoreicher Gesundheitszustände wie Dehydrierung, Delirium oder koronare Herzerkrankungen beitragen, von denen insbesondere Personen im höheren Erwachsenenalter betroffen sind. Vor diesem Hintergrund sind grundlegende Kenntnisse über die Entwicklung interozeptiver Fähigkeiten über die Lebensspanne hinweg essentiell und ermöglichen ein vertieftes Verständnis für die Entstehung und den Verlauf altersassoziierter Erkrankungen. Ziel der vorliegenden Studie ist es, an bisherige Forschungsergebnisse anzuknüpfen und Altersunterschiede in der interozeptiven Akkuranz (IA) zu untersuchen.

Methode: Unter Verwendung der Herzwahrnehmungsaufgabe von Schandry wurde die IA bei 143 Studienteilnehmer/innen (18-81 Jahre) erfasst. Die statistischen Hauptanalysen basierten auf multiplen Beta Regressionen. BMI, Geschlecht und Herzrate wurden als Kontrollvariable mitaufgenommen.

Ergebnisse: Die Ergebnisse zeigen einen kleinen, signifikanten quadratischen Alterseffekt (β_{2Alter}=-0.0046, $p<.05$), was bedeutet, dass die IA vom jungen bis zum mittleren Erwachsenenalter ansteigt, um dann im höheren Alter wieder abzusinken. BMI und Herzrate weisen jeweils einen negativen Effekt auf die IA auf (β_{BMI}=-0.0287; $\beta_{Herzrate}$=-0.0097, $p<.05$), sodass ein höherer BMI und eine höhere Herzrate mit einer schlechteren IA einhergehen. Zudem zeigen Männer im Vergleich zu Frauen eine höhere IA ($\beta_{Geschlecht}$=-0.0262, $p<.05$).

Diskussion: Insgesamt weisen die Ergebnisse auf eine leicht verminderte Wahrnehmung körperinterner Signale im höheren Alter hin, was die Bedeutung von Präventionsstrategien, die auf eine Erhöhung der Wahrnehmung interozeptiver Signale abzielen, aufzeigt.

Keywords: Interozeptive Akkuranz – Alter – Beta Regression

Kontakt: lisa.nusser@uni-ulm.de

[1] Universität Ulm

Orthorektisches Essverhalten und Interozeption bei Normalgewichtigen

Hierhager, Mario[1,2]; Herbert, Beate M.[1,2]

Hintergrund: Interozeptive Wahrnehmungsgenauigkeit ist negativ mit Essstörungen, Übergewicht und Adipositas, sowie positiv mit adaptiven Essverhalten assoziiert. Orthorexie bezeichnet ein zwanghaftes Ernährungsverhalten, gekennzeichnet durch Fixierung auf gesunde Ernährung und Rigidität bezüglich selbst aufgestellter Ernährungsregeln. Klinische Folgen können neben Fehlernährung, subjektives Leiden und soziale Isolation, sowie der Einstieg in andere Essstörungen sein. Inwiefern "Orthorexia nervosa" eine eigenständige Essstörung ist, ist umstritten. Eine Fehlwahrnehmung von interozeptiven Körpersignalen ist zu vermuten, wurde bislang jedoch nicht untersucht.

Methode: 60 normalgewichtige, junge TeilnehmerInnen wurden untersucht. Ausschlusskriterien waren somatische und psychiatrische Erkrankungen, inklusive Essstörungen. Orthorektisches Essverhalten wurde anhand der Düsseldorfer Orthorexie Skala (DOS) sowie anhand des Eating Habits Questionnaire (EHQ) erfasst. Der EHQ umfasst 3 Skalen: Probleme mit dem gesunden Essen (P), Wissen um gesundes Essen (W), positive Gefühle beim gesunden Essen (G). Interozeptive Wahrnehmungsgenauigkeit wurde anhand des Heartbeat-Tracking-Tests erfasst.

Ergebnisse: Der BMI korrelierte signifikant negativ mit dem DOS Summenscore sowie dem EHQ Summenscore und den Skalen W und P. Kardiozeptive IAcc war signifikant negativ mit allen EHQ Skalen sowie dem DOS Summenscore korreliert.

Diskussion: Unsere Studie zeigt erstmalig eine verminderte interozeptive Wahrnehmungsgenauigkeit bei gesunden Personen mit orthorektischen Tendenzen. Dies entspricht Studienergebnissen zu veränderter Interozeption bei Essstörungen und Übergewicht und demonstriert die Relevanz von interozeptiven Prozessen bei maladaptivem Ernährungs- und Essverhalten. Die Interaktion mit weiteren Essverhaltensvariablen wird im Prozess untersucht.

Keywords: Interozeption – Orthorexie – BMI – Gesundheit – Essverhalten

Kontakt: mario.hierhager@gmail.com

[1] Eberhard-Karls-Universität Tübingen, [2] Hochschule Fresenius München

Der Einfluss von Energy-Drink-Konsum auf interozeptive Prozesse und deren neuronale Korrelate bei Ängstlichkeit

Mai, Sandra[1]; Khalsa, Sahib[2]; Schütz, Lea[1]; Gaus, Aline[1]; Pollatos, Olga[1]

Hintergrund: Es ist bekannt, dass Personen mit Angststörungen eigene interozeptive Signale besser wahrnehmen. Der Konsum von Energy Drinks erhöht Herzrate sowie Atemfrequenz und verbessert die Aufmerksamkeit, was auch in veränderten EKPs erkennbar ist. Interozeptive Wahrnehmung kann mit Hilfe von herzschlagevozierten Hirnpotenzialen (HEPs) untersucht werden, welche als Indikator für die kortikale Verarbeitung kardialer Signale betrachtet werden. In der vorliegenden Studie wurde angenommen, dass sich der Konsum von Energy Drinks förderlich auf die Interozeption auswirkt, was sich in höheren HEP-Amplituden widerspiegeln sollte. Dieser Effekt wurde als stärker für hochängstliche Probanden angenommen. Zugleich wurden negative Effekte des Energy Drink Konsums auf die emotionale Wahrnehmung interozeptiver Prozesse erwartet.

Methode: An einer Stichprobe von N = 38 Studierenden (Hochängstlich: n = 19, Niedrigängstlich: n = 19) im Alter zwischen 19 und 32 Jahren wurden ein EEG und EKG während der Durchführung eines Herzwahrnehmungs- und Atemwiderstandstests abgeleitet, jeweils nach Konsum eines Energy Drinks und eines Placebogetränks. Die Probanden wurden zudem hinsichtlich einer Einschätzung der Genauigkeit ihrer interozeptiven Wahrnehmung befragt sowie zu subjektiven Gefühlszuständen während der interozeptiven Tests.

Ergebnisse: Bei hochängstlichen Probanden zeigte sich unter Energy Drink eine verminderte Sicherheit in der korrekten Einschätzung interozeptiver Signale; bei niedrigängstlichen Probanden war die interozeptive Akkuranz vermindert. Es zeigten sich keine Veränderungen der emotionalen Wahrnehmung während der Interozeptionstests in der Energy Drink Bedingung. Herzschlagevozierte Potenziale spiegelten in beiden Gruppen ein spezifisches neuronales Muster der interozeptiven Wahrnehmungsfähigkeit wider.

Diskussion: In weiteren Studien könnte die Erforschung von HEPs, insbesondere bei klinischen Stichproben, aufschlussreiche Ergebnisse zu neuronalen Verarbeitungsmustern der Körperwahrnehmung bei Angst ermöglichen.

Keywords: HEP – Interozeption – Ängstlichkeit – ERPs

Kontakt: sandra-antonie.mai@hotmail.de

[1] Universität Ulm, [2] Laureate Institute for Brain Research (LIBR)

Physiologische Mechanismen der kardialen Interozeption: Bedeutung für eine reliable Messung der kardialen Interozeptionsgenauigkeit

Herbert, Beate M.[1]

Hintergrund: Die Verarbeitung und Wahrnehmung interner Körperrückmeldungen (Interozeption) sind fundamental für die Konstituierung unseres „embodied self“ und für alle mentalen und behavioralen Funktionen. Interozeption steht im Verlaufe eines wissenschaftlichen Paradigmenwechsels, mit Wiederentdeckung des peripheren Körpers im Zuge der „embodied cognition“ Forschung, wieder im Fokus der wissenschaftlichen Aufmerksamkeit. Nach William James‘ und Antonio Damasios peripheren „Bewusstseinstheorien“ wird in der aktuellen Konzeptualisierung von Interozeption innerhalb Bayesscher Inferenzmodelle interozeptive „Präzision“ als fundamental für Prozesse von Gesundheit und Krankheit beschrieben. Bisherige Forschungsergebnisse belegen die Relevanz der individuellen Variation interozeptiver Wahrnehmungsgenauigkeit (IAcc) bei der Regulation psychischer und behavioraler Funktionen für die Aufrechterhaltung von Gesundheit sowie für die Genese psychosomatischer Erkrankungen.

Methode: IAcc wird zumeist mit Verfahren zur Messung der Kardiozeption über Herzwahrnehmungstests erfasst. Die meisten Studienergebnisse zur IAcc liegen zur Kardiozeption vor. Umso bedeutsamer ist die reliable und valide Messung von kardiozeptiver IAcc. Ergebnisse aus mehreren Studien zu psychophysiologischen, autonom-nervösen Mechanismen der Kardiozeption werden vorgestellt, welche für die reliable und valide Messung von Kardiozeption ausschlaggebend sind.

Ergebnisse: Personen mit höherer kardiozeptiver IAcc zeigen in Aktivierungssituationen (mentaler Stress, emotionale Erregung) eine stärkere autonom-nervöse Auslenkbarkeit. Insbesondere kardiodynamische Parameter der inotropen Herzaktion sind mit einer höheren IAcc assoziiert. Zudem führt Provokation sympathischer Aktivierung (z.B. Nahrungsdeprivation) zu einer Intensivierung der IAcc, welche über dieselben kardiodynamischen Indikatoren, eine verstärkte periphere Signalstärke repräsentierend, vermittelt ist.

Diskussion: Kardiodynamische inotrope Veränderungen, im Gefolge autonom-nervöser Aktivierungsveränderungen, sind mit Modulationen der kardiozeptiven I-Acc assoziiert. Eine reliable und valide Messung der kardiozeptiven IAcc basiert somit auf der Berücksichtigung dieser Prozesse in der Untersuchungssituation sowie im Individuum.

Keywords: Interozeption – Psychophysiologie – Gesundheit – Messung – Methoden – Kardiozeption

Kontakt: beate.herbert@gmx.de

[1] Eberhard-Karls-Universität Tübingen, [2] Hochschule Fresenius München

Interozeption bei akutem Stress und Stress-assoziierten Erkrankungen

Schulz, André[1]

Hintergrund: Das Gehirn und periphere Körperorgane tauschen permanent Informationen aus. Interozeption erfordert die Aufmerksamkeitslenkung auf afferente Signale vom Körper zum Gehirn. Stress wiederum beinhaltet efferente Signalübermittlung vom Gehirn an periphere Körperprozesse. Daher kann die Interaktion von Interozeption und Stress auch als bi-direktionale Signalübermittlung zwischen Gehirn und Körper angesehen werden. Die präsentierte Studienreihe besteht aus 10 Einzelstudien, die folgende Ziele verfolgt: (1.) Die bi-direktionale Hirn-Körper-Kommunikation im Normalzustand bei Gesunden zu verstehen und (2.) die Bedeutung potenziell dysregulierter Hirn-Körper-Kommunikation bei Stress-assoziierten Krankheiten aufzudecken.

Methode: Dabei werden verschiedene Ebenen interozeptiver Signalübermittlung, wie frühe Repräsentation im zentralen Nervensystem (ZNS), bewusste Wahrnehmung und Aufmerksamkeitslenkung auf Körperprozesse, sowie deren Interpretation untersucht. Die beiden physiologischen Stress-Achsen, die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse und die sympatho-adreno-medulläre (SAM-)Achse, stehen dabei im Mittelpunkt der Untersuchungen.

Ergebnisse: Zunächst wird anhand von Studien mit Stresstests und pharmakologischen Designs aufgezeigt, dass eine Aktivierung der SAM-Achse sowohl das kardiovaskuläre System stimuliert, aber auch die Aufmerksamkeitslenkung beeinträchtigt. Cortisol wiederum verstärkt Hirn-Körper-Kommunikation vor allem auf Ebene der (kortikalen) ZNS-Repräsentation. Depersonalisierungsstörung, somatoforme Störungen, Depression, posttraumatische Belastungsstörung und Borderline-Persönlichkeitsstörung zeichnen sich alle durch ein hochspezifisches Pattern der Dysregulation hinsichtlich Interozeption und physiologischer Stressachsen aus, was die Heterogenität der Körpersymptome erklären könnte. Darüber hinaus zeigt sich, dass Hirn-Körper-Kommunikation auch den Verlauf kardiovaskulärer Erkrankungen vorhersagen kann.

Diskussion: Die Ergebnisse sprechen für die Entwicklung von Präventionsansätzen, die Hirn-Körper-Kommunikation mit bestimmten Trainings zu stärken, um den psychischen und körperlichen Gesundheitsverlauf positiv beeinflussen zu können.

Keywords: Interozeption – Stress – körperliche Symptome – psychische Störungen – kardiovaskuläre Erkrankungen

Kontakt: andre.schulz@uni.lu

[1] Universität Luxemburg

Symposium – Ich denke, also esse ich gesund? Wechselseitige Zusammenhänge von Kognitionen, Emotionen und Essverhalten

Hörsaal 3 – Moderation: Dr. Laura M. König

Sind situative kompensatorische Gesundheitsüberzeugungen mit nachfolgender Kompensation assoziiert? Ergebnisse einer intensiven Längsschnittstudie

Amrein, Melanie Alexandra[1]; Scholz, Urte[1]; Inauen, Jennifer[2]

Hintergrund: Personen mit hohen kompensatorischen Gesundheitsüberzeugungen (CHBs) glauben, dass ein ungesundes Verhalten (z.B. ungesunde Ernährung) mit einem gesunden Verhalten (z.B. einer gesunden Ernährung oder körperlicher Aktivität) kompensiert werden kann. Potenziell problematisch dabei ist, wenn das Kompensationsverhalten nicht gezeigt wird. Das Ziel dieser Studie ist es, mit einer intensiven Längsschnittstudie folgende Annahmen zu überprüfen: Der Konsum von mehr ungesunden Snacks hängt mit stärkeren CHBs zusammen (H1). Stärkere CHBs hängen mit weniger konsumierten zukünftigen ungesunden Snacks (H2) und mit mehr zukünftiger körperlichen Aktivität zusammen (H3).

Methode: 45 junge Erwachsene (M_{Alter}=21.93, SD_{Alter}=1.88) beantworteten fünf Mal täglich während sieben Tagen ein online Tagebuch (n=478 analysierte Beobachtungen). Wir untersuchten die Zusammenhänge auf Level 1 (Tageszeitpunktebene) und Level 2 (Personenebene) zwischen dem aktuellen Snack Konsum, CHBs betreffend dem aktuellen Snack Konsum, dem Snack Konsum zur nächsten Messung und der körperlichen Aktivität des ganzen Tages mit einer Mehrebenenanalyse.

Ergebnisse: Es zeigte sich ein signifikanter positiver Zusammenhang zwischen dem aktuellen Snack Konsum und CHBs (B=0.04, SE=0.02, p=.021) auf Level 1 (H1). CHBs und der zukünftige Snack Konsum der nächsten Messung (H2) sowie der körperlichen Aktivität (H3) waren nicht signifikant assoziiert.

Diskussion: Die Ergebnisse zeigten, dass Personen zu Tageszeiten, an denen sie mehr ungesunde Snacks essen, mehr kompensatorische Gesundheitsüberzeugungen berichten. Dies könnte darauf hindeuten, dass der Konsum ungesunder Snacks CHBs aktiviert. Für die kompensierenden Verhaltensweisen wie gesunde Ernährung und körperliche Aktivität konnten keine Hinweise gefunden werden. Die Messung der CHBs während des Tages bietet für zukünftige Studien eine starke Grundlage, die Wirkungsweise der CHBs weiter zu erforschen.

Keywords: Kompensatorische Gesundheitsüberzeugungen – Ungesunde Ernährung – Tagebuchstudie – Mehrebenenanalyse

Kontakt: melanie.amrein@uzh.ch

[1] Universität Zürich, [2] Universität Bern

„Wie viel Zucker enthält dieser Muffin?“ VerbraucherInnen überschätzen den Zuckergehalt von Speisen

König, Laura M.[1]; Ziesemer, Katrin[1]; Renner, Britta[1]

Hintergrund: Pro Tag sollte eine erwachsene Person nicht mehr als 50 Gramm Zucker konsumieren. Um diese Richtlinie einhalten und damit Gesundheitsrisiken vorbeugen zu können, sollten VerbraucherInnen in der Lage sein, den Zuckergehalt von Speisen akkurat einzuschätzen. Die vorliegende Studie hatte zum Ziel, (1) die fehlerhafte Einschätzung des Zuckergehalts von Speisen zu quantifizieren, (2) sie mit der Einschätzung des Energiegehalts und der Menge von Speisen zu vergleichen und (3) zu untersuchen, ob sich die Teilnehmenden möglicher Abweichungen in der Einschätzung bewusst sind.

Methode: 197 Teilnehmenden schätzten den Zucker- und Energiegehalt von sechs Speisen (Quiche, belegtes Brötchen, Gemüsesticks mit Dip, Mousse au Chocolat, Obstspieße, Muffin) sowie deren Menge in Gramm und mit dem Handmaß ein. Zusätzlich wurde die wahrgenommene Genauigkeit vor und nach der Abschätzung mittels Fragebogen erhoben. Die Daten wurden deskriptiv sowie mittels t-Tests und Pearson-Korrelationen ausgewertet.

Ergebnisse: Je nach Speise wurde der Zuckergehalt von 62,1% bis 98,5% der Teilnehmenden zu hoch eingeschätzt. Die durchschnittliche Überschätzung lag je nach Speise zwischen 158,59% und 1075,43%. Die Abweichungen zwischen tatsächlicher und abgeschätzter Menge waren damit für den Zuckergehalt am größten (ds ≥ .39). Die anderen drei Maße zeigten kein konsistentes Muster der Über- bzw. Unterschätzung. Zwischen der gemessenen und der durch die Teilnehmenden eingeschätzten Genauigkeit bestanden nur geringe Zusammenhänge (rs ≤ |.20|, ps ≥ .005).

Diskussion: VerbraucherInnen fällt es insbesondere schwer, den Zuckergehalt von Speisen richtig einzuschätzen. Um VerbraucherInnen bei der Auswahl gesunder Speisen zu unterstützen, ist es deswegen wichtig, verständlichere Darstellungen für den Energie- und Makronährstoffgehalt von Speisen zu entwickeln.

Keywords: Ernährung – Zuckerkonsum – Genauigkeit – Einschätzung – Fehleinschätzung

Kontakt: laura.koenig@uni-konstanz.de

[1] Universität Konstanz

Welche Eigenschaften von Obst- und Gemüseplänen begünstigen die Planausführung? Eine digitale Interventionsstudie

Domke, Antonia[1]; Keller, Jan[1]; Fleig, Lena[2]; Knoll, Nina[1]; Schwarzer, Ralf[1]

Hintergrund: Handlungsplanung ist im Kontext von Gesundheitsverhaltensänderung häufig untersucht worden und gilt als vielversprechende Interventionsstrategie, u.a. zur Steigerung des Obst- und Gemüsekonsums. Unter welchen Bedingungen Pläne erfolgreich in die Tat umgesetzt werden (Planausführung), wurde jedoch nur selten untersucht. Ziel dieser Studie ist es, die Zusammenhänge zwischen Planeigenschaften und nachfolgender Planausführung zu untersuchen.

Methode: Es wurden Sekundäranalysen einer Online-Interventionsstudie durchgeführt. Nach der Baseline-Erhebung stellten die Teilnehmenden Obst- und Gemüsepläne für die folgenden sieben Tage auf, welche sie in einem Plankalender für jede Tageszeit getrennt (morgens, mittags/ nachmittags und abends) festhielten. Anschließend gaben die Teilnehmenden an, welche Pläne ausgeführt wurden. Zwei KodiererInnen kodierten unabhängig voneinander die insgesamt 2052 Pläne von *N* = 110 Teilnehmenden hinsichtlich der Planspezifität (unspezifisch oder spezifisch) und der Art des geplanten Verhaltens (Obst- oder Gemüseverzehr). Logistische Multilevel-Analysen mit Planausführung als abhängige Variable wurden berechnet.

Ergebnisse: Der Zusammenhang zwischen Planspezifität und Planausführung wurde von der Tageszeit moderiert: Spezifische Morgenpläne hatten eine höhere Chance ausgeführt zu werden als unspezifische Morgenpläne. Bei den Mittags-/Nachmittags- und Abendplänen zeigte sich hingegen, dass Planspezifität nicht mit der Planausführung zusammenhing. Im Allgemeinen wurden Morgenpläne mit einer höheren Wahrscheinlichkeit als Mittags-/Nachmittags- und Abendpläne ausgeführt. Außerdem wurden Obstpläne häufiger ausgeführt als Gemüsepläne.

Diskussion: Spezifische Morgenpläne scheinen die erfolgreiche Planausführung am ehesten zu begünstigen. Mögliche zugrundeliegende Prozesse, wie stabile Morgenroutinen, sollten in zukünftigen Studien weiter untersucht werden. Darüber hinaus scheint die Art des geplanten Verhaltens bedeutsam für die Planausführung zu sein: Es scheint leichter, Obst in die tägliche Ernährung zu integrieren als Gemüse.

Keywords: Planausführung – Planspezifität – Obst- und Gemüsekonsum

Kontakt: antonia.domke@fu-berlin.de

[1] Freie Universität Berlin, [2] Medical School Berlin

Bidirektionale Zusammenhänge von Stress und körperlicher Aktivität sowie gesundem Essverhalten

Schultchen, Dana[1]; Reichenberger, Julia[2]; Mittl, Theresa[1]; Weh, Tabea R. M.[1]; Smyth, Joshua M.[3]; Blechert, Jens[2]; Pollatos, Olga[1]

Hintergrund*:* Nationale und internationale Surveys belegen einen Anstieg des Stresserlebens bei Individuen in den letzten Jahren. Darauf aufbauend zeigen diverse Studien, dass körperliche Aktivität und gesundes Essverhalten als protektive Faktoren für Stresserleben gelten können und Individuen mit einem vermehrten Stressaufkommen diese gesundheitsrelevanten Verhaltensweisen reduzieren. Die meisten Studien fokussierten sich bisher auf die retrospektive Erfassung dieser Variablen durch Fragebögen. Ziel dieser Studie war es den Forschungsstand zu erweitern und die bidirektionalen Zusammenhänge via Smartphone-Applikation über den Tagesverlauf zu erfassen.

Methode*:* 51 Studierende wurden während einer Prüfungsphase untersucht. Um situationsspezifische und intraindividuelle Daten im Alltag zu erfassen, wurden die Probanden instruiert über eine Smartphone-Applikation über sieben Tage hinweg sechs Mal pro Tag Einschätzungen zu ihrem Stresserleben, ihrer körperlichen Aktivität und ihrem Essverhalten abzugeben. Die Daten wurden anhand von hierarchischen linearen Modellen analysiert.

Ergebnisse*:* Die Ergebnisse demonstrieren, dass ein erhöhtes Stresserleben zu einer Reduktion der körperlichen Aktivität führt (β = -.094, *SE* = .036, *p* = .012) und umgekehrt eine höhere körperliche Aktivität mit einem geringeren Stresserleben einhergeht (β = -.104, *SE* = .021, *p* < .001). Für das gesunde Essverhalten konnten diese Zusammenhänge nicht nachgewiesen werden (*p*'s ≥ .54).

Diskussion*:* Anhand der Ergebnisse lässt sich schlussfolgern, dass insbesondere der bidirektionale Zusammenhang zwischen Stress und körperlicher Aktivität von Bedeutung ist und dieser im Präventionskontext berücksichtigt werden sollten. Potentielle Faktoren für gesundes Essverhalten scheinen hingegen mehr von individuellen Unterschieden sowie aktuellen Zuständen abzuhängen und sollten in zukünftigen Studien weiter erforscht werden.

Keywords: Stress – körperliche Aktivität – gesundes Essverhalten – Ecological Momentary Assessment

Kontakt: dana.schultchen@uni-ulm.de

[1] Universität Ulm, [2] Paris-Lodron-Universität Salzburg, [3] Pennsylvania State University

Posting for Health – Ein Feldexperiment zum Einfluss der Nutzung sozialer Medien auf gesundes Essverhalten

Kilb, Michael[1]; Giese, Helge[2]; Mata, Jutta[1]

Hintergrund: Die Kommunikation über Essen in sozialen Medien ist weit verbreitet. In der aktuellen Studie wurde experimentell untersucht, ob diese Art der Kommunikation das eigene Essverhalten beeinflusst. Weiterhin wurde die wahrgenommene soziale Unterstützung als potentieller Mechanismus dieses Zusammenhangs getestet. Die vorliegende Studie basiert auf sozio-ökologischen Modellen von Verhalten und psychologisch-motivationalen Theorien.

Methode: Junge Erwachsene wurden als Dyaden (Targets + Netzwerkmitglieder) rekrutiert und berichteten für eine Woche bis zu 8-mal täglich ihre Facebooknutzung, wahrgenommene soziale Unterstützung und ihren Obst- und Gemüsekonsum (OGK) in einer längsschnittlichen Smartphonestudie (n = 56 Dyaden, N = 382 Tage). Die Facebook-Kommunikation von Targets wurde experimentell manipuliert: Targets posteten regelmäßig über ihren OGK oder Bücher und Filme (BF). Der Effekt der Manipulation auf die Anzahl der Posts und den OGK wurde mithilfe von ANOVAs analysiert. Mehrebenenanalysen wurden verwendet um eine Dosis-Wirkungs-Beziehung auf täglicher Ebene zu testen.

Ergebnisse: Targets in der OGK-Bedingung posteten mehr OGK-bezogene Posts und weniger BF-bezogene Posts im Vergleich zur Kontrollgruppe (ps < .001). Zudem berichteten sie sowohl einen höheren OGK (M = 3.66 vs. M = 2.71, p = .033) als auch eine höhere OGK-bezogene soziale Unterstützung (M = 30.79 vs. M = 25.43, p = .005). Die Ergebnisse der Mehrebenenanalysen legen eine kleine Dosis-Wirkungs-Beziehung der Anzahl täglicher OGK-bezogenen Posts und des OGK nahe, die allerdings keine statistische Signifikanz erreichte (ps > .05).

Diskussion: Regelmäßiges Posting über den eigenen OGK steigerte den selbst berichteten OGK und die wahrgenommene OGK-bezogene soziale Unterstützung. Soziale Medien könnten zur Förderung eines höheren OGK bei jungen Erwachsenen genutzt werden.

Keywords: Soziale Medien – Soziale Unterstützung – Obst- und Gemüsekonsum

Kontakt: kilb@uni-mannheim.de

[1] Universität Mannheim, [2] Universität Konstanz

Slot 4 – 14.30 - 16.00 Uhr

Symposium – Regulating health and well-being within a dyadic context: New insights from studies with romantic couples and parent-child dyads

Hörsaal 1 – Moderation: Dr. Janina Lüscher & Dr. Corina Berli

Daily emotion regulation in couples transitioning to retirement: rumination and qualities of social sharing

Horn, Andrea B.[1]; Holzgang, Sarah[1]; Rosenberger, Vanessa[1]

Hintergrund: Adaptive Emotionsregulation ist grundlegend für die Aufrechterhaltung von Gesundheit insbesondere in Übergangssituationen, die Anpassungsleistungen herausfordern. Dabei spielen nicht nur intrapersonelle Regulationsstrategien eine Rolle. Neuere Forschung unterstreicht die Wichtigkeit von sozialen Ressourcen bei der Regulation von Emotionen. Weniger ist allerdings bekannt über das Wechselspiel intra- und interpersoneller Regulation im Alltag von Paaren, deren Anpassungsleistungen herausgefordert sind.

Methode: In der vorliegenden Studie wurden N=45 Paare, bei denen ein Partner vor kurzem pensioniert wurde, über 2 Wochen hinweg jeden Abend zu ihren intra- (Rumination) und interpersonellen (Selbstöffnung) Emotionsregulationsstrategien befragt. Ausserdem wurde momentanes affektives Wohlbefinden, Beziehungsqualität, sowie die Wahrnehmung der Selbstöffnung durch den Partner erfragt.

Ergebnisse: Multilevel Actor-Partner-Interdependenz Modelle zeigen, dass an Tagen mit mehr berichteter Rumination Selbstöffnung vom Partner als redundanter und weniger authentisch erlebt wurde. Außerdem war nicht nur die eigene erlebte Beziehungsqualität, sondern auch die des Partners schlechter an ruminationsreichen Tagen.

Diskussion: Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass die Qualität gesundheitsrelevanter sozialer Austauschsprozesse einen Zusammenhang mit maladaptiven intrapersonellen Emotionsregulationsstrategien aufweist. Dies spricht dafür, bei Gesundheits-Interventionen beide Ebenen - die der Person und die des sozialen Systems - zu berücksichtigen.

Keywords: emotion regulation – transition to retirment – daily life – couples

Kontakt: a.horn@psychologie.uzh.ch

[1] Universität Zürich

A dyadic intervention to improve physical activity: Does the participating partner benefit?

Berli, Corina[1]; Scholz, Urte[1]

Background: A rising number of dyadic interventions exist, involving the romantic partner in efforts to regulate a target person's health behavior. Less is known on the benefits for partners in terms of their own behavior. This study examined the effects of a dyadic action control intervention on romantic partners' daily levels of physical activity and social support.

Method: 121 overweight target persons and their heterosexual partners were randomly allocated to an intervention (n = 60; information + text messages) or a control group (n = 61; information only). The intervention was delivered in a dyadic vs. individual version. Partners' daily adherence to physical activity recommendations was assessed via accelerometers during an intervention, post-intervention and six months follow-up period (two weeks each). Moreover, partners reported on social support provided to and received from the target person in end-of-day diaries. Multilevel modelling was used.

Results: At the end of the intervention period, partners in the intervention group showed a higher daily adherence to physical activity recommendations compared to partners of the control group. This effect was particularly pronounced for partners in the dyadic intervention group. The same pattern was found for provided and received social support. The effects washed out during the post-intervention period. At follow-up, no intervention effect on partner's daily physical activity adherence emerged.

Discussion: Findings suggest initial benefits for partners from participating in a dyadic intervention. Transfer effects seem to be dependent on degree of active partner involvement, and may be explained by support being reciprocated between partners.

Keywords: Behavior change - Physical activity - Dyadic intervention – romantic partner – social support – intensive longitudinal

Contact: corina.berli@psychologie.uzh.ch

[1] Universität Zürich

How are sleep duration and alertness affected by daily media consumption in mother-child dyads?

Lüscher, Janina[1]; Radtke, Theda[1]; Scholz, Urte[1]

Background: Children regularly use electronic media, such as smartphones. Several cross-sectional studies showed that media use is negatively associated with sleep. However, children's media consumption has not been investigated in daily life, from a dyadic perspective (children's self-perspective and their mother's perspective), and for different media types separately. Therefore, this study aimed to examine the association between children's daily media consumption, sleep duration and alertness reported by the children themselves

and their mothers.

Method: 105 mother-child dyads (child: M_{age}= 11.7, SD_{age}=.85; mother: M_{age}= 43.8, SD_{age}= 4.46) participated. Children and mothers reported in daily diaries for 14 days children's media consumption in the evening for different media types, sleep and alertness.

Results: Multilevel analyses revealed that at the between- and within-person level media consumption in the evening was negatively associated with sleep duration (self- and mothers' report). No associations were found for media consumption in the evening and alertness. The comparison of children's and mother's reports illustrated that there were significant differences. Mothers reported less media consumption in the evening, higher sleep duration and alertness of their children than the children themselves. Moreover, different media types displayed differed in effect sizes of associations with sleep duration, but not with alertness.

Discussion: It is important to investigate children's media use on a daily basis, from a dyadic perspective and for different media types separately. Future interventions should strengthen children's media use competencies and parent's competencies regarding the monitoring of their children's media consumption, especially in the evening.

Keywords: media consumption – sleep duration – alertness – mother-child dyads – dyadic intensive longitudinal data – daily diaries

Contact: janina.luescher@psychologie.uzh.ch

[1] Universität Zürich

Happy hour? Longer meal duration improves children's diet quality but not mealtime atmosphere

Dallacker, Mattea

Background: Having regular family meals is associated with better diet quality in children. Meta-analytic findings of cross-sectional studies suggest that a longer meal duration is associated with better nutritional health in children. However, to date, there is no experimental research to test the causality and mechanism behind a longer meal duration. Therefore, this study aims to test the following questions: 1. Does a longer meal duration increase healthy eating in children? Does a longer meal duration improve the atmosphere and thereby change eating behavior in children?

Method: A within-subject laboratory experiment was conducted. Fifty parent-child pairs were invited to have a laboratory dinner twice: In the control condition, they ate as long as they usually do; in the experimental condition, they had 50% more time. Laboratory dinners were videotaped; food consumption and mealtime interactions (Action Behavior Control Coding Scheme [ABC]) were coded from the videos. Mealtime atmosphere was assessed with questionnaires.

Results: Children eat significantly more fruits and vegetables in the longer meal duration condition compared to the usual meal duration condition (p=0.025). No significant effects could be found in the intake of dessert and bread, cheese or cold meat (p=0.056). In both conditions, mealtime atmosphere did not significantly differ between the two conditions (p=.70). Consequently, mealtime atmosphere did not mediate the association between meal duration and children's healthy eating.

Discussion: A longer meal duration increases healthy eating in children. However, results indicate that this effect cannot be explained with a more positive mealtime atmosphere.

Keywords: family – children – diet – meal duration

Contact: dallacker@mpib-berlin.mpg.de

[1] Max-Planck-Insitut für Bildungsforschung

Symposium – Entwicklungslinien und Perspektiven der Gesundheitspsychologie

Hörsaal 2 – Moderation: Prof. Dr. Toni Faltermaier, Prof. Dr. Carl-Walter Kohlmann & Prof. Dr. Christel Salewski

Themen, Theorien und Methoden der Gesundheitspsychologie: Ein Blick zurück und nach vorne

Faltermaier, Toni[1]

Mehr als 25 Jahre der Disziplin Gesundheitspsychologie in Deutschland sind Anlass für eine Bestandsaufnahme der bisherigen Entwicklung, auch um mögliche Perspektiven für die Zukunft zu umreißen. In diesem Beitrag soll das mit einem persönlichen Rückblick als Forscher und Lehrender in der Gesundheitspsychologie verbunden werden. Die Schwerpunkte dieser Reflexion werden auf den Themen der Forschung, den zugrundeliegenden theoretischen Konzeptionen und den methodischen Zugängen in der Gesundheitspsychologie liegen.

Die Themen der Forschung haben sich in der Gesundheitspsychologie vor allem auf die Vorhersage und Modifikation einzelner Risiko- oder Gesundheitsverhaltensweisen, auf spezifische Stressphänomene (Lebensereignisse, chronische Belastungen) und Bewältigungsverhaltensweisen (unter Einbezug einzelner Ressourcen) sowie auf spezifische organische Krankheiten, ihre kognitive Wahrnehmung und Bewältigung durch Patienten konzentriert. Für diese Untersuchungen wurde eine begrenzte Auswahl von theoretischen Konzeptionen zugrunde gelegt, dabei spielten Gesundheitsverhaltensmodelle (wie HAPA oder TTM) und Stressmodelle (wie Lazarus Stresstheorie) eine zentrale Rolle. Insgesamt scheint aber die Neu- oder Weiterentwicklung von Theorien in der Gesundheitspsychologie keine große Bedeutung zu haben, was zu bedauern ist. In den methodischen Zugängen hat sich die absolute Dominanz von quantitativen Querschnittstudien erst allmählich gelockert, sodass heute auch qualitative Ansätze mehr Akzeptanz haben und Längsschnittstudien häufiger unternommen werden.

Aus der Beschreibung der bisherigen Entwicklung der Gesundheitspsychologie werden in einer kritischen Analyse Hemmnisse für eine produktive Weiterentwicklung dieser Disziplin skizziert und neue Perspektiven für die Forschung und Praxis vorgeschlagen.

Keywords: Forschungsthemen – Theorien – Methoden – Innovationen

Kontakt: faltermaier@uni-flensburg.de

[1] Europa-Universität Flensburg

Wie viel Gesundheitspsychologie steckt in der Gesundheitsförderung?

Kohlmann, Carl-Walter[1]

Die Gesundheitspsychologie leistet einen originären Beitrag in der Gesundheitsförderung. Im Zentrum stehen dabei einerseits die Modellvorstellungen zum Verständnis und zur Förderung gesundheitsbezogenen Verhaltens in verschiedenen Domänen (z. B. Ernährung, Bewegung, Lebensstil) mit den damit verbundenen Variablen (z. B. Erwartungen, Werte, Motivation, Volition) und andererseits die psychologischen Erlebens- und Verhaltensbereiche wie Wohlbefinden, Stresserleben und –bewältigung, die wichtige Ziele gesundheitsfördernder Maßnahmen ausmachen.

Die biopsychosoziale Sichtweise der Gesundheit hat zur Folge, dass viele Professionen mit unterschiedlichen Schwerpunktsetzungen an der Gestaltung von Gesundheitsförderung beteiligt sind. Es ergibt sich somit die Notwendigkeit, die Konzepte und das Handeln aller Professionen aufeinander abzustimmen. Nicht die disziplinäre Sichtweise, sondern der zu erwartende Nutzen für die Gesundheit des Menschen sollte das Handeln begründen. Für die Gesundheitspsychologie stellt sich somit die Aufgabe, ihren Beitrag in interdisziplinären Forschungs- und Anwendungskontexten zu leisten.

Mit welchen Herausforderungen diese Aufgabe verbunden ist, wird an ausgewählten Handlungsfeldern illustriert: der Formulierung der Anbieterqualifikationen in der Neuauflage des Präventionsleitfadens des GKV-Spitzenverbands, der Rolle von Prävention und Gesundheitsförderung in schulischen Bildungsplänen, der Integration von gesundheitspsychologischen Inhalten und Methoden in interdisziplinären Studiengängen zur Gesundheitsförderung sowie der Etablierung des Settingansatzes als einer zentralen Strategie in der Gesundheitsförderung zur Erreichung von Zielgruppen und zur partizipativen Gestaltung von gesundheitsfördernden Lebenswelten.

Keywords: Gesundheitsförderung – interdisziplinär – Setting

Kontakt: carl-walter.kohlmann@ph-gmuend.de

[1] Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd

Reaktanz: (k)ein Thema für die gesundheitspsychologische Forschung?!

Sieverding, Monika[1]

Gesundheits-Surveys bestätigen regelmäßig, dass zu wenige Menschen sich (ausreichend) in gesundheitsförderlicher Weise verhalten: viele Personen beiderlei Geschlechts bewegen sich zu wenig, sie essen zu wenig Obst und Gemüse, sie nehmen Früherkennungsuntersuchungen nicht oder nicht regelmäßig genug wahr, sie trinken und rauchen zu viel. Ein zentrales Anliegen der gesundheitspsychologischen Forschung ist es dementsprechend, Ansatzpunkte zu identifizieren, wie Menschen dazu gebracht werden können, ungesundes Verhalten zu reduzieren oder einzustellen und gesundes Verhalten auf- oder auszubauen.

Soziale Unterstützung durch Partner/innen, Arbeitskolleg/innen, Freunde und Freundinnen sowie die ärztliche Empfehlung / Unterstützung gelten in diesem Zusammenhang als besonders vielversprechend. Aber nicht alle Menschen reagieren in jeder Situation aufgeschlossen auf solche soziale Einflussnahme. Eine gutgemeinte Empfehlung oder Unterstützung kann zum Bumerang werden, wenn die Zielperson sich dadurch in ihrem Handlungsfreiraum eingeschränkt fühlt und/oder wichtige alternative Ziele bedroht werden könnten (und Gesundheit ist nicht das einzige zentrale Lebensziel!). Während die gesundheitspsychologische Forschung sich vor allem auf die positiven Seiten von sozialer Unterstützung konzentriert hat, wurden mögliche negative Folgen von (gutgemeinter) sozialer Unterstützung und sozialer Kontrolle bisher deutlich seltener explizit untersucht. Ich möchte in meinem Beitrag exemplarische Beispiele von Reaktanzphänomenen als Reaktion auf gesundheitsbezogene Empfehlungen oder Interventionen vorstellen und einige Überlegungen zur Diskussion stellen, wie diese besser berücksichtigt werden können.

Keywords: soziale Unterstützung – soziale Kontrolle – Reaktanz

Kontakt: monika.sieverding@psychologie.uni-heidelberg.de

[1] Universität Heidelberg

Gesundheitspsychologie und Digitalisierung

Salewski, Christel[1]; Apolinário-Hagen, Jennifer[1]; Kemper, Jessica[1]

Die Verbreitung des Internets und die damit einhergehende Digitalisierung hat das Leben in vielen Bereichen einschneidend verändert. Dies betrifft auch das gesundheits- und krankheitsbezogene Verhalten und somit die Forschung und Anwendung in der Gesundheitspsychologie. So suchen viele Menschen Informationen über Krankheiten und gesundheitsfördernde Maßnahmen im Internet oder teilen in online-support-Gruppen ihre Krankheitserfahrungen. Die Nutzung von elektronischen Rückmeldesystemen (z. B. Schrittzähler) kann darüber hinaus direkten Einfluss auf gesundheitsbezogenes Verhalten nehmen. Einen besonderen Stellenwert für die gesundheitspsychologische Anwendungsforschung besitzen internetgestützte Präventions- und Interventionsprogramme (e-health-Interventionen), die aufgrund der leichten Verfügbarkeit, geringen Kosten und der weitgehend zeit- und ortsunabhängigen Nutzung Versorgungslücken schließen oder zumindest überbrücken können.

In diesem Beitrag werden wir exemplarische e-health-Angebote mit ihren Möglichkeiten, spezifischen Voraussetzungen und Grenzen vorstellen. Aus dem Bereich der e-health-Interventionen werden wir Daten zur Entwicklung und Evaluation eines App-basierten, zielgruppenspezifischen Stressbewältigungsprogramms für Studierende präsentieren.

In der Diskussion sollen neben den aktuellen und zukünftigen Einsatzmöglichkeiten digitaler gesundheitspsychologischer Interventionen auch Risiken und offene Forschungsfelder thematisiert werden.

Keywords: e-health – Prävention – Intervention – Stressbewältigung

Kontakt: christel.salewski@fernuni-hagen.de

[1] Fernuniversität in Hagen

Session – Gesundheit und Prävention in Kindheit & Adoleszenz

Hörsaal 3 – Moderation: Prof. Dr. Anna Mikhof

Funktionelle Bauchschmerzen bei Kindern? Ist eine schmerzspezifische Behandlung wirksamer als eine Aufmerksamkeitskontrolle?

Warschburger, Petra[1]; Calvano, Claudia[1,2]; Becker, Sebastian[3]; Hudert, Christian[2]; Posovszky, Carsten[4]; Iven, Enno[5]; Ebinger, Friedrich[6]; Wegscheider, Karl[7]

Hintergrund: Funktionelle Bauchschmerzen (FBS) sind bei Kindern weit verbreitet und sind mit erhöhten psychischen Belastungen verbunden. Zwar gibt es Hinweise darauf, dass psychologische Interventionen wirksam sind, deren Überlegenheit gegenüber einer unspezifischen Aufmerksamkeitskontrolle (AC) wurde jedoch selten untersucht.
Ein solcher Vergleich war Ziel der vorliegenden prospektiven RCT-Studie (NCT02030392).

Methode: 127 Kinder (Alter 7-12 Jahre; 43.3% Jungen) wurden nach einem ausführlichen Screening entweder einer kognitiv-behavioralen Intervention (CBT) (n=63) oder der AC (n=64) zugewiesen. In beiden Gruppen fanden 2 Elternsitzungen und 6 Gruppensitzungen für die Kinder statt; die Inhalte der Schulungen unterschieden sich: Die CBT zielte auf die Steigerung der kindlichen Selbstmanagementfertigkeiten im Umgang mit den Bauchschmerzen ab, während die AC generelle Informationen zum gesunden Lebensstil erhielt. Hauptoutcome waren die Schmerzen (Intensität, Dauer, Häufigkeit im Kindbericht), des Weiteren wurden funktionelle Einschränkungen und Lebensqualität im Kind- und Elternbericht mit standardisierten Instrumenten erhoben.

Ergebnisse: Kinder und Eltern in der CBT äußerten sich zufriedener als die Teilnehmer in der AC. In den Hauptanalysen konnten keine höhere Schmerzreduktion in der CBT im Vergleich zur AC gefunden werden. Beide Gruppen profitierten von der Intervention bis zum Einjahres-Follow-up – auch bezogen auf die psychosozialen Belastungen. Trendanalysen über den Verlauf der 12 Monate Intervention deuten jedoch auf vorteilhaftere Effekte der CBT gegenüber der AC hin.

Diskussion: Die Daten deuten auf eine hohe Variabilität in den beiden Gruppen hin. Die Kinder beider Gruppen profitierten von dem jeweiligen Interventionsangebot. Die Wirkfaktoren der Therapie und der Einfluss unspezifischer Faktoren sollte näher beleuchtet werden.

Keywords: Kinder – funktionelle Bauchschmerzen – Intervention – RCT

Kontakt: warschb@uni-potsdam.de

[1] Universität Potsdam, [2] Charité Berlin, [3] Princess Margaret Children's Hospital Darmstadt, [4] Universitätsklinikum Ulm, [5] Katholisches Kinderkrankenhaus Wilhelmstift, [6] St. Vincenz Krankenhaus Paderborn, [7] Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Coping with cola? – Psychische Auffälligkeiten sagen den Erfrischungsgetränkekonsum von Kindern und Jugendlichen in Deutschland vorher

Kadel, Philipp[1], Schneider, Sven[2]; Mata, Jutta[1]

Background: Soft drinks have been suspected to negatively affect well-being and mental health through biological mechanisms. Other research has suggested soft drink consumption as an emotion-focused strategy of coping with mental health problems, especially among adolescents. Importantly, most research on this association has been cross-sectional and thus could not examine its directionality. The current study addresses this gap.

Method: We analyzed longitudinal data of *N* = 5,923 children and adolescents from the nationally representative German *KiGGS baseline study* (2003 to 2006) and *KiGGS wave 1* (2009 to 2012; *Robert Koch Institute*). The amount of soft drinks per day and mental health problems were assessed by questionnaire (baseline) and telephone interview (wave 1). We specified four cross-lagged panel models, compared them regarding their fit indices and tested specific paths for significance.

Results: We found a positive cross-sectional association between mental health problems and soft drink consumption at both measurement points (*p*s < .005), even after controlling for third variables (including age, gender, and SES). Only the cross-lagged effect of mental health problems on soft drink consumption reached statistical significance (β = .044, *p* = .012), but not vice versa. The corresponding model also showed the best model fit overall.

Discussion: We replicated the positive cross-sectional association between mental health problems and soft drink consumption reported in previous research. Moreover, a longitudinal perspective revealed a unidirectional effect of mental health problems on soft drink consumption. Soft drinks might be a way of coping with mental health problems for children and adolescents.

Keywords: Psychische Gesundheit – Erfrischungsgetränke – Softdrinks – Coping

Contact: pkadel@mail.uni-mannheim.de

[1] Universität Mannheim, [2] Universität Heidelberg

Prävalenz von problematischem Alkoholkonsum und assoziierte Faktoren in einer repräsentativen Stichprobe Jugendlicher und junger Erwachsener

Wartberg, Lutz[1]

Hintergrund: Problematischer Alkoholkonsum bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen wird international als ein wichtiges Thema im Bereich der öffentlichen Gesundheit eingeschätzt. Während für Erwachsene Prävalenzschätzungen aus repräsentativen Stichproben vorliegen, fehlten bislang entsprechende Prävalenzwerte für problematischen Alkoholkonsum bei Jugendlichen in Deutschland.

Methode: Eine für Deutschland repräsentative Stichprobe von 1531 von 12- bis 25-Jährigen wurde in einer Querschnittstudie mit einem standardisierten Fragebogen untersucht. Zur Erfassung von problematischem Alkoholgebrauch wurde der von der von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) entwickelte Alcohol Use Disorders Identification Test in seiner Kurzform (AUDIT-C) eingesetzt. Zusätzlich wurden mit etablierten Instrumenten weitere Aspekte der psychischen und körperlichen Gesundheit erfasst. Die Prävalenzschätzungen erfolgten über die Bestimmung von Häufigkeiten, die Gruppenvergleiche mit Chi-Quadrat-Tests und assoziierte Faktoren wurden mit logistischen Regressionen bestimmt.

Ergebnisse: Die 1-Jahres-Prävalenz von problematischem Alkoholkonsum bei 12- bis 25-Jährigen in Deutschland lag bei 18.2% (95%-Konfidenzintervall: 16.3%; 20.1%). Junge Erwachsene berichteten deutlich häufiger einen problematischen Alkoholgebrauch als Jugendliche. In der Gesamtgruppe und bei den jungen Erwachsenen waren männliche häufiger als weibliche Personen betroffen, während sich bei den Jugendlichen keine Geschlechtsunterschiede zeigten. Zwischen Jugendlichen und jungen Erwachsenen zeigten sich bei den assoziierten Faktoren neben Gemeinsamkeiten (z.B. Rauchverhalten) einige Unterschiede (z.B. bei soziodemographischen Aspekten).

Diskussion: Nach den Ergebnissen der vorliegenden Studie ist problematischer Alkoholkonsum weit verbreitet bei 12- bis 25-Jährigen in Deutschland. Bereits ein substanzieller Anteil der 12- bis 17-Jährigen in Deutschland berichtet problematischen Gebrauch von Alkohol, allerdings sind 18- bis 25-Jährige deutlich häufiger davon betroffen. Die identifizierten assoziierten psychosozialen Merkmale könnten zur altersspezifischen (Weiter-)Entwicklung von gesundheitspsychologischen Präventionsmaßnahmen genutzt werden.

Keywords: Alkohol – Prävalenz – Risikofaktoren – Prävention

Kontakt: lutz.wartberg@medicalschool-hamburg.de

[1] MSH Medical School Hamburg

Gesundheit und Wohlbefinden im Übergang ins Erwachsenenalter – eine qualitative Studie über gelingendes Erwachsenwerden

Rogge, Frederike[1]

Hintergrund: Der Übergang ins Erwachsenenalter ist gekennzeichnet von schwer identifizierbaren Grenzen zwischen Jugend und Erwachsenenalter. Junge Menschen befinden sich in einem Zwischenzustand, diese Lebensphase wird als *emerging adulthood* beschrieben. Die Entwicklungsaufgaben Auszug aus dem Elternhaus, Berufseinstieg, Partnerschaft und Elternschaft stellen Anforderungen an die jungen Erwachsenen, die in Verbindung mit den sich verändernden sozialen Beziehungen und Gesundheit und Wohlbefinden in dieser Lebensphase stehen. Zentrales Ziel der Studie ist den Übergang ins Erwachsenenalter mit Schwerpunkt auf Gesundheit und Wohlbefinden zu analysieren.

Methode: In einer qualitativen Interviewstudie mit 20 jungen Frauen und Männern (26-30 Jahre) werden subjektive Erfahrungen zu Gesundheit/Wohlbefinden, zum Erwachsenwerden, sowie sozialen Beziehungen und Berufseinstieg erhoben und in drei Auswertungsschritten: Fallanalysen, kategoriale Analyse (qualitative Inhaltsanalyse) und Typenbildung mit Fokus auf Muster von gelingenden Übergängen analysiert.

Ergebnisse: Beziehungen zu Eltern, Partnern und Freunden sowie Konstruktionen zum Erwachsenwerden im Zusammenhang mit Wohlbefinden und Gesundheit werden rekonstruiert. Beschrieben werden junge Erwachsene, die Erwachsenwerden ablehnen und die vier identifizierten Typen. Diese zeigen Muster eines gelingenden Übergangs als Prinzipien auf. Die vier Prinzipien Anpassung, Selbstverwirklichung, Suchbewegungen und Verunsicherung unterscheiden sich in Bezug auf die Lebensschwerpunkte Karriere oder Beziehungen sowie im Erleben des Erwachsenwerdens als Krise oder als Entwicklungsprozess.

Diskussion: Ein Anspruch zur Selbstverwirklichung kann für die individuelle Gesundheit einerseits positiv sein, sie kann auch Überforderung und so Krisen etwa im Übergang in den Beruf mitbedingen. Durch viele Anforderungen entstehen Risiken des Scheiterns in dieser Lebensphase. Dem gegenüber steht eine große Chance in der Unterstützung junger Erwachsener bei Ressourcenaufbau, -erhalt und -nutzung.

Keywords: Junge Erwachsene – Übergang ins Erwachsenenalter – subjektives Wohlbefinden – soziale Beziehungen

Kontakt: frederike.rogge@gmail.com

[1] Europa-Universität Flensburg

Vorstellung der gesundheitspsychologischen Dissertationsreihe

Hörsaal 2 – 16.00 - 16.15 Uhr

Prof. Dr. Toni Faltermaier, Prof. Dr. Carl-Walter Kohlmann, Prof. Dr. Christel Salewski & Carina Reibold (Springer Verlag)

Der Springer-Verlag hat die Dissertationsreihe "Gesundheitspsychologie" in sein Programm aufgenommen, in der sehr gute Dissertationsschriften zu gesundheitspsychologischen Themen veröffentlicht werden können. Im Rahmen der Informationsveranstaltung werden das Konzept, bisherige Veröffentlichungen und die Wege zur Publikation in der Reihe vorgestellt.

Keynote – Prof. Claus Vögele, PhD

16.30 - 17.30 Uhr, Hörsaal 4
Moderation: Prof. Dr. Silke Schmidt

Prof. Claus Vögele, PhD

Ausbildungs- und Berufsperspektiven von Gesundheitspsycholog*innen in Europa

Der Anspruch der Gesundheitspsychologie, individualisiert, bevölkerungsbezogen und versorgungsrelevant zu sein, kann nur eingelöst werden, wenn ihre Erkenntnisse von Entscheidungsträgern in der Gesellschaft wahrgenommen und umgesetzt werden. Dazu bedarf es der wissenschaftlichen Ausbildung von Gesundheitspsycholog*innen, die das Konzept des „Scientist-Practitioner“ verwirklicht. Notwendig sind aber auch Positionen und Berufsfelder, in denen gesundheitspsychologische Erkenntnisse im Rahmen von gesundheitspsychologischen Interventionen zum Einsatz kommen können. In diesem Beitrag werden Ausbildungsprogramme und berufliche Möglichkeiten aus europäischen Ländern exemplarisch beschrieben. Ziel dieser Beschreibung ist eine gesellschaftliche Standortbestimmung der Gesundheitspsychologie, um Perspektiven für zukünftige Entwicklungen aufzuzeigen.

Claus Vögele schloss 1983 sein Studium der Psychologie an der Universität Landau ab und promovierte 1988 an der Universität Hamburg in Psychologie und habilitierte sich an der Universität Marburg 1997. In den letzten 25 Jahren hatte er akademische Positionen an deutschen und britischen Universitäten inne (St. George's Hospital Medical School, Universität London; School of Psychology, Universität Birmingham; Institut für Psychologie, Universität Marburg; Institut für Psychologie, Universität von Luton; School of Human and Life Sciences, Universität Roehampton, London), bevor er im Februar 2010 als Professor für klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie an die Universität Luxemburg wechselte.

Diskussionsrunde

17.30 - 18.30 Uhr, Hörsaal 4

Ein zentrales Thema des diesjährigen Kongresses der Fachgruppe Gesundheitspsychologie ist, wie versorgungsrelevant gesundheitspsychologisch fundierte Präventions- und Interventionsangebote in Deutschland sind. Dies ist auch mit dem Bedarf in der Versorgung assoziiert, so dass auch die Position der Krankenkassen stärker ins Blickfeld gerückt werden sollte. Die im Vortrag von Claus Vögele genannten Ausbildungs- und Berufsperspektiven von Gesundheitspsycholog*innen gewinnen in diesem Zusammenhang besondere Relevanz im Kontext der aktuellen Entwicklung zum Direktstudiengang Psychotherapie.

Diskutanten:

Dr. med. Ursula Marschall - Leiterin der Abteilung Medizin und Versorgungsforschung der BARMER, Wuppertal
Prof. Dr. Petra Warschburger - Sprecherin der Fachgruppe „Gesundheitspsychologie“ der DGPs
Dr. med. Ingo Menrath - Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, Patientenschulungen bei chronisch erkrankten Kindern und Jugendlichen
Prof. Dr. Claus Vögele - Professor für Gesundheits- und Klinische Psychologie

Slot 5 – 09.00 - 10.30 Uhr

Session – Investigating Theoretical Concepts in Health Behavior Research

Hörsaal 1 – Moderation: Dr. Samuel Tomczyk

Social inequality and health behaviours: Role of theory-based determinants

Schüz, Benjamin[1]; Conner, Mark[2]; Brick, Cameron[3]; Wilding, Sarah[2]

Background: Health-related behaviours are a key factor in explaining social inequalities in morbidity and mortality: Individuals with lower socioeconomic status (SES) engage in more health risk and less health protective behaviours, which in turn links to health outcomes. However, the causes for inequalities in health behaviours and the role of theory-based determinants of health behaviours is less clear, and previous research has been limited by inconsistencies and unclear operationalisations. Here, we examine in two large online studies whether the within-person relationships between determinants and health behaviour differ by between-person differences in socioeconomic status.

Method: Two online studies (Study 1: mTurk, cross-sectional, 1005 participants; Study 2: Prolific, 4 weeks longitudinal, 1273 participants) with self-reports of TPB determinants and behaviour for 6 health behaviours each. Multilevel models were applied to estimate the within-person relationships between determinants and behaviours, and to test whether these relationships differ by participant SES.

Results: Education moderated relationships between intention / attitudes and behaviour: These relationships were stronger in individuals with higher educational attainment. In addition, area-based SES (Study 1) moderated the relationships between attitudes and health behaviour such that these were stronger in individuals living in less deprived areas.

Discussion: This suggests that the relationships between health cognitions and health behaviours differ by individual SES. Education in particular appears to be a key moderator. This has important implications for the development of health behaviour change interventions: If such interventions are based on determinants that work differentially by socioeconomic status, they could inadvertently increase health inequalities.

Keywords: health behavior – social inequality – theory-based determinants – multilevel models

Contact: benjamin.schuez@uni-bremen.de

[1] Universität Bremen, [2] University of Leeds, [3] University of Cambridge

Examining the cultivation and enabling hypothesis of social support in the context of physical activity

Schwaninger, Philipp[1]; Berli, Corina[1]; Lüscher, Janina[1]; Scholz, Urte[1]

Background: Engaging in regular physical activity is challenging. Theories and empirical findings emphasize social support and self-efficacy as important variables for health behaviour change. Two competing hypotheses describe the bidirectional character of these two constructs: The *cultivation hypothesis* assumes that self-efficacy facilitates social support resources, whereas the *enabling hypothesis* assumes that social support fosters self-efficacy. Recent studies showed evidence for both predictive directions. The aim of this study is to investigate these hypotheses at a daily level in couples intending to increase their physical activity.

Methods: 97 overweight heterosexual couples intending to increase their physical activity participated in this dyadic intensive longitudinal study. Both partners independently reported on activity-specific self-efficacy and the receipt of activity-specific social support from their partner in smartphone-based end-of-day diaries across 14 consecutive days. To investigate the reciprocal effects of received social support and self-efficacy on same and next day, prospective lagged models were applied.

Results: Multilevel analyses indicated that for both men and women higher-than-average levels of self-efficacy on a given day predicted higher received support the next day. We found no effect of higher-than-average levels of received support on a given day on self-efficacy the next day.

Discussion: Within-person findings provide support for the *cultivation hypothesis*, so that higher levels of self-efficacy on a given day predicted higher received support the next day. This is the first study to provide insights into the association between daily self-efficacy and received support using a dyadic intensive longitudinal approach.

Keywords: cultivation – enabling – received social support – self-efficacy – physical activity – intensive longitudinal data

Contact: philipp.schwaninger@psychologie.uzh.ch

[1] Universität Zürich

Motivational and momentary influences on adult smoking: An application of Temporal Self-Regulation Theory

Jones, Christopher M.[1]; Schüz, Benjamin[1]

Background: Smoking remains one of the leading causes of preventable disease and death, but as a repetitive and strongly habitual behavior with tempting short-term gains and only long-term harms appears to be resistant to change through only good intentions. Temporal Self-Regulation Theory expands the considered temporal frame to encompass the timing of costs and benefits of a behavior and proposes a complex interplay of more stable motivational factors (cognitions and temporal valuations forming intentions) and momentary contingencies (social and physical environment). We thus test predictions of smoking behavior from not only cognitions and intentions but momentary external and internal cues as well as behavioral prepotency and temporal valuations.

Method: We use Ecological Momentary Assessment and a mixed time- and event-contingent design in 50 adult smokers for three weeks. Cognitions, trait self-regulation, past smoking behavior and temporal valuations are assessed at baseline, momentary cognitions and external and internal cues are assessed during smoking as well as random logs during the day.

Results: We will use multilevel logistic regression to show associations of external and internal momentary cues, as well as personal-level factors and smoking. Data collection is expected to be completed in spring, analysis and discussion in summer 2019.

Discussion: This study will help to distinguish between the differing influences of motivational factors and momentary contingencies of one´s environment which guide smoking as a repetitive and strongly habitual behavior. This potentially adds to our understanding of the lasting reciprocal connection between individual and environment, informing future interventions.

Keywords: Smoking – Temporal Self-Regulation Theory – Environment – Ecological Momentary Assessment – External Cues – Internal Cues

Contact: jones@uni-bremen.de

[1] Universität Bremen

Boosting vaccination intentions (and behaviour?) with knowledge about sequelae

Eitze, Sarah[1]; Heinemeier, Dorothee[1]; Küpke, Nora Katharina[1]; Betsch, Cornelia[1]; vaccination60+ study group

Background: Older adults underestimate life-threatening sequelae of infectious diseases like influenza or pneumococci-associated diseases. This study assesses whether campaign leaflets that address those potential sequelae increase disease knowledge and vaccination intentions in older adults.

Method: In a pre-registered online experiment (N=713, >60 years of age), we compared a campaign leaflet (from the vaccination60+ campaign, informing about influenza, pneumococci, sepsis) to two control leaflets. The study implemented a 3 (within-factor time: before, after leaflet presentation, 3 months follow-up) x 3 (between-factor leaflet type: campaign, vaccination-related control, unrelated control) design. For influenza and pneumococci, we conducted ANOVAs for knowledge and ANCOVAs for respective vaccination intentions (controlled for prior intentions), with pre-registered Helmert contrasts (c_1: control vs. vaccination-related & campaign, c_2: vaccination-related vs. campaign).

Results: All four main effects for leaflet type were significant. For influenza, both vaccination-related leaflets increased knowledge (c_1:-.203, p<.001) and intention to vaccinate (c_1:-.552, p<.001) (c_2 n.s.). Likewise, results for pneumococci showed that both vaccination-related leaflets increased knowledge (c_1:-.220, p <.001) and intention to vaccinate (c_1:-.897, p<.001). Moreover, the campaign leaflet increased pneumococcal knowledge (c_2:-.211, p<.001) and intention to vaccinate (c_2:-364, p =.004) compared to the vaccination-related control leaflet. Mediation analyses explored whether providing information about sepsis was beneficial for increasing vaccination intentions. The campaign (vs. vaccination-related) leaflet indeed increased knowledge about sepsis, leading to increased vaccination intentions for both vaccinations (indirect effects: $b_{influenza}$=.16[.032;.30], $b_{pneumococci}$=.20[.048;.355]).

Discussion: We conclude that informing about sequelae in vaccination campaign leaflets can increase vaccine intentions. Results of the follow-up will provide evidence whether vaccination intentions translate into behaviour.

Keywords: vaccination campaign – vaccination intention – vaccination behavior – communicating health risks – sequelae – disease knowledge – healthy ageing

Contact: sarah.eitze@uni-erfurt.de

[1] Universität Erfurt

Symposium – Wie Stress unsere Gesundheit beeinflusst und welche Maßnahmen präventiv helfen können

Hörsaal 2 – Moderation: Prof. Dr. Olga Pollatos

Essen gegen Stress? Interindividuelle Unterschiede beim stressbedingten Verlangen und Konsum von Nahrungsmitteln im Alltag

Reichenberger, Julia[1]; Pannicke, Björn[1]; Arend, Ann-Kathrin[1]; Blechert, Jens[1]

Hintergrund: Essverhalten wird von einer Vielzahl an Faktoren beeinflusst, u.a. Stress. Allerdings kann Stress sowohl zu einer Abnahme als auch Zunahme von Nahrungsaufnahme führen – Fragebogenstudien, Alltags- und Laborstudien haben diese interindividuellen Unterschiede bereits vielfach dokumentiert. Mittels der Salzburg Stress Eating Scale (SSES) steht nun ein Instrument zur Verfügung, das Stress-Essenszusammenhänge als überdauernde Eigenschaft (Trait) misst. Ziel der zwei hier berichteten Studien war es, Bezüge der SSES zu Stressessen im Alltag – gemessen mittels ecological momentary assessment – zu prüfen.

Methode: In 2 Studien berichteten 97/83 Teilnehmende während 8/14 Tagen mehrfach täglich ihr aktuelles Craving und Stress, sowie ihren Nahrungskonsum seit der letzten Eingabe. Die Daten wurden mittels hierarchisch linearen Modelle analysiert.

Ergebnisse: Konsistent über beide Studien hinweg moderierte die SSES den Zusammenhang zwischen Stress und Craving, so dass Trait-Stress-Überesser auch im Alltag mehr Craving bei gleichzeitigem Stress aufwiesen. Bezüglich Konsum intratags zeigte sich keine SSES-Moderation des Zusammenhangs zwischen Stress und nachfolgender Nahrungsaufnahme, allerdings auf Tagesebene zeigte sich ein Effekt dahingehend, dass fragebogenbasierte Stress-weniger(mehr)-Esser auch im Alltag weniger(mehr) Stressessen aufwiesen.

Diskussion: Die Ergebnisse legen nahe, dass Stress-Essens-Beziehungen nicht über Personen generalisiert werden können. Nur unter Berücksichtigung interindividuelle Unterschiede zeigen sich sinnvolle Stress-Essenzusammenhänge, was eher auf individuelle Lerngeschichten als auf physiologische Mechanismen hinweist. Unterschiede zwischen der Intratag-Ebene und Tagesebene in Bezug zu Nahrungskonsum deuten darauf hin, dass der zeitliche Effekt von Stress auf Nahrungskonsum eher kumulativ oder verzögert auftritt. Die Ergebnisse validieren die neuartige SSES und legen nahe Personen anhand dieser zu unterscheiden um ihnen zugeschnittene Interventionen in stressreichen Zeiten zu präsentieren.

Keywords: Essverhalten – Stressessen – ecological momentary assessment

Kontakt: julia.reichenberger@stud.sbg.ac.at

[1] Paris-Lodron-Universität Salzburg

Der Zusammenhang von interozeptiver Akkuranz und chronischem Stress

Schultchen, Dana[1]; Bayer, Julia[1]; Kühnel, Jana[1]; Melchers, Klaus[1]; Pollatos, Olga[1]

Hintergrund: Interozeption beschreibt die Verarbeitung und Wahrnehmung körpereigener Signale. Bisherige Ergebnisse legen eine enge Assoziation interozeptiver Prozesse zu Emotionen und Selbstregulation nahe, was sich als Vorteil der Interozeption bei der Verarbeitung von akutem Stress widerspiegelt. Da insbesondere Daten zu chronischem Stress noch völlig fehlen, wurde in der folgenden Arbeit die mögliche Interaktion von interozeptiven Prozessen - hier vor allem der interozeptiven Akkuranz - zu längerdauerndem Stress und Selbstregulation untersucht.

Methode: Bei 98 Personen (50 Frauen, mittleres Alter 23.63) wurden als objektive Parameter von längerdauernden Stress Kortison und DHEA im Haar (gemittelt über 2 cm Länge) und das Kortison/DHEA Verhältnismaß erhoben, Stress- und Selbstregulation wurden zudem mittels Fragebogen erfasst. Interozeptive Akkuranz wurde über eine Herzdetektionsaufgabe gemessen.

Ergebnisse: Interozeptive Akkuranz war negativ mit objektiven und subjektiven Aspekten von Stresserleben assoziiert. Eine signifikante Mediation zeigte sich für die subjektiven Aspekte des Stresserlebens über eine erhöhte Fähigkeit zur Selbstregulation, welche sich als Trend auch für das objektive Kortison/DHEA Verhältnismaß zeigte.

Diskussion: Interozeptive Prozesse wirken vermittelt über eine erhöhte Fähigkeit zur Selbstregulation einen Vorteil auch bei der Verarbeitung von chronischem Stress. Der Zugang und die Differenzierung somatischer Veränderungen könnte hierfür eine bedeutende Rolle spielen. Diese Effekte passen zu Befunden einer besseren Verarbeitung von negativen Gefühlen etwa nach belastenden Erfahrungen bei sozialen Konflikten und belegen die große Bedeutung interozeptiver Prozesse für verschiedene Variablen, welche eng mit Aspekten von Gesundheit verbunden sind.

Keywords: Stress – Interozeption

Kontakt: olga.pollatos@uni-ulm.de

[1] Universität Ulm

Insights: Der Einsatz passiven Smartphone-Trackings zur Vorhersage aktueller Befindlichkeitsparameter

Messner, Eva-Maria[1]; Sariyska, Rayna[1]; Mayer, Benjamin[1]; Montag, Christian[1]; Kannen, Christopher[2]; Schwerdtfeger, Andreas[3]; Baumeister, Harald[1]

Hintergrund: Smartphones sind integraler Bestandteil des Alltagslebens und bieten somit die Möglichkeit zur passiven Verhaltensaufzeichnung. Erste Befunde deuten darauf hin, dass Befindlichkeitsparameter aufgrund des Smartphone-Nutzungsverhalten vorhergesagt werden können. Die vorliegende Studie knüpft an erste Ergebnisse in diesem Bereich an und erfasst longitudinale Echtzeit-Daten. Mithilfe der Studienergebnisse sollen Softwares geschaffen werden, welche die Langzeitaufzeichnung von Befinden ohne aktive Nutzereingaben ermöglichen.

Methode: An der Studie nahmen 157 Personen teil, welche für acht Wochen die App *Insights* auf ihrem Smartphone installierten. *Insights* zeichnete das Smartphone-Nutzungsverhalten (z.B. Gesamtnutzungsdauer, Anrufdauer, Anzahl der SMS, Facebooknutzungsdauer) auf und erfasste dreimal täglich mittels einer visuellen Analogskala (0-100) im Selbstbericht Stress, Stimmung und Antrieb. In drei Mehrebenenmodellen wurde Stress, Stimmung und Antrieb über Smartphone-Nutzungsverhalten vorhergesagt.

Ergebnisse: Die Ergebnisse demonstrieren, dass Stress signifikant negativ mit der Anzahl der SMS (-3.539, *SE*=0.937) und positiv mit der Anrufdauer (0.018, *SE*= 0.937) assoziiert ist. Stimmung ist signifikant negativ mit der Gesamtnutzungsdauer (-0.019, *SE*=0.004) und der Anrufdauer (-0.016, *SE*= 0.007) verbunden. Ebenso ist der Antrieb negativ mit der Facebooknutzung (-0.127, *SE*=0.041) assoziiiert. Zusammenfassend, scheint die Smartphone-Nutzung negativ mit verschiedenen Stimmungsparametern zusammen zu hängen.

Diskussion: Dies könnte im Sinne der Stimmungsmanagementtheorie nach Zillmann als ein Versuch die Stimmung durch Medienkonsum zu manipulieren verstanden werden. In Zukunft könnte passives Smartphone-Tracking eingesetzt werden, um standardisiert Verhaltensdaten von Personen mit psychischen Problemen zu sammeln. Diese Daten könnten genutzt werden, um die Diagnostik zu objektivieren, Krankheitsverläufe adäquater zu erfassen, Rückmeldung zu geben und maßgeschneiderte Interventionen anzubieten. Aufgrund der immanenten Gefahr des Datenmissbrauchs sind ethische, rechtliche und berufspolitische Leitlinien zu entwickeln.

Keywords: Antrieb – Befinden – Passives Smartphone-Tracking – Psychotherapie – Stimmung – Stress

Kontakt: eva-maria.messner@uni-ulm.de

[1] Universität Ulm, [2] ckannen Softwareentwicklung, [3] Universität Graz

Effekte einer achtwöchigen Body-Scan-Intervention auf subjektive und objektive Stressparameter

Schillings, Christine[1]; Schultchen, Dana[1]; Karabatsiakis, Alexander[1]; Messner, Matthias[1]; Pollatos, Olga[1]

Hintergrund*:* Der Body Scan (BS) ist eine integrative Meditationsübung, die auf die Reduktion des Stresserlebens und stressverursachter Symptome abzielt. Befunde zu stressbezogenen Effekten achtsamkeitsbasierter Stressreduktionsmaßnahmen konnten die Forschungsfrage einer Reduktion von sowohl biologischem als auch wahrgenommenem chronischem Stress durch ein BS-Training bisher nicht hinreichend beantworten. Um die Forschungslücke zu schließen, untersucht diese Studie die Effekte eines achtwöchigen BS-Trainings auf subjektive und objektive chronische Stressparameter.

Methode: 47 gesunde Studierende wurden randomisiert einer Interventionsgruppe (*n* = 24) und einer Kontrollgruppe (*n* = 23) zugeteilt. Die Teilnehmer*innen der Interventionsgruppe führten einen 20-minütigen, über eine Audio-Datei angeleiteten BS durch, während die Kontrollgruppe für 20 Minuten ein Hörbuch hörte. Objektiver Stress wurde über die Stresshormone Cortisol, Dehydroepiandrosteron (DHEA) und deren Verhältnis mittels Haarproben erfasst. Mit Hilfe des Trierer Inventars zum chronischen Stress wurde das subjektive Stresserleben gemessen. Die statistische Analyse erfolgte auf Basis von Mixed ANOVAs.

Ergebnisse: Es zeigte sich eine signifikante Reduktion des Cortisollevels (F (1, 45) = 3.38; p = .07; η^2 = .07) und der Cortisol/DHEA-Ratio (F (1, 45) = 4.03; p = .05; η^2 = .08) in der Interventions- im Vergleich zur Kontrollgruppe. Gleichzeitig konnte ein erhöhtes DHEA-Level in beiden Gruppen (F (1, 45) = 61.48; p < .001; η^2 = .58) nachgewiesen werden. Ein niedrigeres subjektives Stresserleben wurde in beiden Gruppen beobachtet.

Diskussion: Insgesamt zeigten sich positive Effekte des achtwöchigen BS-Trainings, insbesondere für die objektiven Stressparameter. Für zukünftige Forschung ist die Untersuchung von Trainingseffekten in Risikogruppen für erhöhte Stresslevel (z. B. Arbeitslose) von Interesse.

Keywords: Body Scan – Achtsamkeit – Stress – Haar – Cortisol – DHEA

Kontakt: christine.schillings@uni-ulm.de

[1] Universität Ulm

Prokrastination und Gesundheit bei Studierenden

Gusy, Burkhard[1]; Wolter, Christine[1]; Lesener, Tino[1]; Jochmann, Anna[1]

Hintergrund: Prokrastination ist ein weit verbreitetes Phänomen unter Studierenden, das nicht nur die akademische Leistungsfähigkeit, sondern auch die Gesundheit beeinflusst. In diesem Beitrag gehen wir der Frage nach, ob und wie dispositionelle Prokrastination auf das Stresserleben und die psychische Gesundheit wirkt.

Methode: 3.424 Studierende der Freien Universität Berlin beteiligten sich im Januar/Februar 2019 an einer Online-Befragung, in der u.a. dispositionelle Prokrastination, das Stresserleben und Symptome eines depressiven Syndroms mit etablierten Skalen erfasst wurden. Die Befragten waren zu 72% weiblich und im Mittel 24,1 Jahre alt. Strukturgleichungsmodelle (SEM) wurde genutzt, um das Prokrastinations-Gesundheitsmodell von Sirois 2016 zu überprüfen.

Ergebnisse: Das Prokrastinations-Gesundheitsmodell erwies sich im Querschnitt als gut mit den Daten vereinbar (CFI =.96; TLI= .06). Dispositionelle Prokrastination ist mit einem Beta von .21 mit Symptomen eines depressiven Syndroms assoziiert. Die Mediation von Prokrastination über das Stresserleben auf das depressive Syndrom zeigt sich ebenso mit den Daten vereinbar.

Diskussion: Eine empirische Bestätigung des Modells im Längsschnitt steht noch aus. Die Daten dazu werden im Juni erhoben, ein Längsschnittmodell formuliert und die Ergebnisse auf dem Kongress in Greifswald vorgestellt.

Keywords: Prokrastiantion – Gesundheit – Studierende

Kontakt: burkhard.gusy@fu-berlin.de

[1] Freie Universität Berlin

Prävention psychischer Beanspruchung im Lehrer*innenberuf – Die Rolle personaler Gesundheitsressourcen bei Lehramtsstudierenden

Bauer, Jana Felicitas[1]

Hintergrund: Chronischer Stress gilt als bedeutsamer Risikofaktor für die Entstehung so genannter nichtübertragbarer Krankheiten. Eine Vielzahl an Untersuchungen widmet sich daher chronischem Stress, psychischer Beanspruchung und deren negativen langfristigen Konsequenzen im Arbeitsleben. Dabei wird der Lehrer*innenberuf als besonders stressreich angesehen und es wird diskutiert, dass präventive Maßnahmen bereits im Lehramtsstudium ansetzen sollten. Da bisherige Forschung zu diesem Themenfeld erst sehr selten eine ressourcenorientierte Perspektive einnimmt, exploriert die vorliegende Studie – auf der Basis eines transaktionalen Stressmodells - die Zusammenhänge zwischen verschiedenen personalen Gesundheitsressourcen und der psychischen Beanspruchung bei Lehramtsstudierenden, um ressourcenorientiere Ansatzpunkte zur Prävention zu identifizieren.

Methode: In einer Querschnittsstudie wurden *N* =779 Lehramtsstudierende online zu personalen Gesundheitsressourcen (Selbstwirksamkeitserwartung, Ungewissheitstoleranz und Achtsamkeit) und psychischer Beanspruchung befragt. Das Erhebungsinstrument setzte sich aus gut etablierten psychometrischen Fragebögen zusammen. Die Daten wurden mittels Korrelations- und multipler linearer Regressionsanalysen ausgewertet.

Ergebnisse: Sowohl die bi- als auch die multivariaten Analysen ergeben signifikante (und einander ergänzende) Zusammenhänge zwischen den drei personalen Gesundheitsressourcen und den verschiedenen Indikatoren psychischer Beanspruchung in erwarteter Richtung. Alle drei Ressourcenkonstrukte zusammen klären bedeutsame Anteile der Varianz der verschiedenen Indikatoren psychischer Beanspruchung auf (Irritationsskala: R^2_{corr} = .305; GHQ-12: R^2_{corr} = .221; AVEM-44 Subskala Lebenszufriedenheit: R^2_{corr} = .220).

Diskussion: Die Ergebnisse stehen mit der Annahme im Einklang, dass die drei ausgewählten Ressourcenkonstrukte einander ergänzende Beiträge zur Reduzierung von Stress und dessen negativen Konsequenzen leisten. Die Integration von Interventionen zur Stärkung von Selbstwirksamkeitserwartungen, Ungewissheitstoleranz und Achtsamkeit ins Lehramtsstudium, könnte zur Prävention gesundheitlicher Beeinträchtigungen bei Lehrkräften über die gesamte Berufsbiographie beitragen. Dies müsste in Interventionsstudien überprüft werden.

Keywords: Gesundheit – Stress – Selbstwirksamkeitserwartung – Achtsamkeit – Ungewissheitstoleranz – Studium – Burnout

Kontakt: jana.bauer@uni-koeln.de

[1] Universität zu Köln

Evaluation einer positiv-psychologischen Verhaltensprävention für Lehrkräfte: Ergebnisse einer multimethodalen Untersuchung

Gouasé, Natalie[1]; Braun, Ottmar[1]; Raab, Gerhard[2]

Hintergrund: Lehrpersonen sind eine Risikopopulation in Bezug auf psychische Erkrankungen. Das ist eine Schlussfolgerung vieler empirischer Untersuchungen, die sich mit der Gesundheit von Lehrkräften befassen. Stress ist dabei ein wichtiges Korrelat psychischer und physischer Dysfunktionen. Dennoch gibt es wenige, wissenschaftlich fundierte Präventionsmaßnahmen für Lehrkräfte, deren Wirksamkeit multimethodal evaluiert wurde. Ein Ziel des Projekts „Gesund Lehren“ ist es,

diese Lücke zu verringern.

Methode: In einem randomisiert-kontrollierten Design nahmen 61 Lehrpersonen an einem Training zum positiven, gesundheitsbezogenen Selbstmanagement teil. Das Training fand über einen Zeitraum von vier Wochen statt. Das Konzept basierte auf Erkenntnissen der Positiven Psychologie und des Selbstmanagements sowie auf den Ergebnissen zweier Vorstudien. Die Evaluation erfolgte durch validierte Fragebögen sowie biopsychologische Messung der Variable Stress (cortisol awakening response).

Ergebnisse: Die Ergebnisse zeigen, dass die Teilnehmer sich signifikant in der Anwendung von Techniken der Positiven Psychologie, der Reduktion von Dysfunktionalen Kognitionen und Positivem Gesundheitsverhalten verbesserten. Es konnte ein moderater Interaktionseffekt (Gruppe x Zeit) für die Reduktion von wahrgenommenem, chronischem Stress und depressiver Verstimmung nachgewiesen werden. Kein Interaktionseffekt konnte bezüglich der biologischen Stressmessung gefunden werden.

Diskussion: Das Kovarianzproblem der psychologischen und physiologischen Messungen soll in Bezug auf die Evaluation von Präventionsmaßnahmen zur Förderung psychischer Gesundheit diskutiert werden. Auf Basis der Ergebnisse der Selbstbeschreibungen, kann ein positives, gesundheitsbezogenes Selbstmanagement als wichtiger Schlüssel zum Wohlbefinden im Kontext Schule verstanden werden. Insbesondere die heterogenen Befunde zu Cortisol, dem „Goldstandard“ der Stressmessung, in Verbindung mit psychologischen Korrelaten machen weitere multimethodale Untersuchungen bei der Evaluation von Gesundheitsmaßnahmen zu einem wichtigen Gegenstand zukünftiger Forschung.

Keywords: Verhaltensprävention – Lehrergesundheit – Cortisol – Evaluation – Multimethodal

Kontakt: gouase@uni-landau.de

[1] Universität Koblenz-Landau, [2] Hochschule Ludwigshafen

Ökonomische Erfassung der subjektiven Gesundheitskompetenz – Validierung und vergleichende Analysen semantisch aggregierter Kurzform-Alternativen des HLS-EU-Q in einer Studierendenpopulation

Stumpf, Kristina[1]; Schmidt, Silke[1]; Muehlan, Holger[1]

Hintergrund: Gesundheitskompetenz beschreibt Fähigkeiten, Fertigkeiten, Wissen und Motivation einer Person, mit Gesundheitsinformationen so umzugehen, dass sich positive Auswirkungen für sie ergeben. Diese kann sowohl über objektive als auch subjektive Verfahren erfasst werden. Für die Erfassung der subjektiven Gesundheitskompetenz hat in den vergangenen Jahren u.a. das HLS-EU-Instrument breite Verwendung gefunden. Aufgrund von Limitationen vorliegender Kurzformen der HLS-EU und der eingeschränkten Ökonomie des Originalinstruments wurde eine semantisch aggregierte Kurzform entwickelt und validiert. Das theoretisch fundierte Konzept des Originalinstruments wurde bei der Entwicklung beibehalten, dabei ist das Instrument jedoch untersuchungsökonomisch attraktiver.

Methode: Der HLS-EU-Q-SA lag in acht verschiedenen Versionen vor, in denen einzelne Erhebungsmodalitäten variiert wurden. Die einzelnen Versionen wurden mittels konfirmatorischer Mehrgruppenanalyse auf Messinvarianz getestet und sowie auf ihre Reliabilität und Validität geprüft. Datengrundlage für die Analysen waren zwei Online-Surveys (n=1.017; n=449).

Ergebnisse: Die Versionen erwiesen sich als figural messinvariant, stärkere Formen der Messinvarianz mussten abgelehnt werden. Keiner der drei Variationsfaktoren konnte alleinig als verantwortlich für die Ablehnung der Messinvarianzhypothese identifiziert werden. Alle acht Versionen zeigten ausreichend hohe Reliabilitäten. Die faktorielle Validität der Versionen war durch die figurale Messinvarianz gegeben. Die Korrelationen von Bildung und subjektiver Gesundheit mit den Werten der Versionen fielen unterschiedlich hoch aus. Mit einer Basisversion der semantisch aggregierten Kurzversion wurde eine a priori Schätzung der Retest-Reliabilität vorgenommen und zudem Korrelationen zum Originalinstrument und dessen existierenden Kurzversionen bestimmt. Die so bestimmte vorläufige konvergente Validität erwies sich als ausreichend gut.

Diskussion: Insgesamt bildet die semantisch aggregierte Kurzversion die theoretisch angenommenen Dimensionen von Gesundheitskompetenz zufriedenstellend ab und erweist sich als reliabel. Die Zusammenhänge mit dem Originalinstrument sprechen für die Validität des Fragebogens.

Keywords: Gesundheitskompetenz – HLS-EU – Validierung

Kontakt: holger.muehlan@uni-greifswald.de

[1] Universität Greifswald

Keynote – Prof. Dr. Thomas Kubiak

10.30 – 11.15 Uhr, Hörsaal 4
Moderation: Prof. Dr. Silke Schmidt

Prof. Dr. Thomas Kubiak

Monitoring von Verhalten und Erleben – Ambulantes Assessment in der Gesundheitspsychologie

Der Forschungsansatz des Ambulanten Assessment erlaubt es, Verhaltens- und Erlebensprozesse im Alltag zu erfassen: in Echtzeit (real-time) und unter natürlichen Bedingungen (real-life). In der letzten Dekade hat sich das Ambulante Assessment durch technologische Entwicklungen (u.a. mobile sensing, wearables) und die ubiquitäre Verbreitung von Smartphones methodisch deutlich weiterentwickelt, was den Einsatz in der Breite erleichtert und innovative Studiendesigns ermöglicht. In der gesundheitspsychologischen Forschung eignet sich das Ambulante Assessment insbesondere, um Determinanten des Gesundheitsverhaltens im Alltag zu modellieren. Am Beispiel des Ernährungsverhaltens und der Stress- und Emotionsregulation wird der Einsatz von Methoden des Ambulanten Assessment in der Gesundheitspsychologie illustriert, Schnittstellen zu Ansätzen der digital bzw. mobile health und der Patient Reported Outcomes-Forschung werden diskutiert.

Thomas Kubiak ist Professor für Gesundheitspsychologie an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz. Zu seinen Forschungsschwerpunkten zählen die Verhaltensmedizin von Stoffwechselerkrankungen, speziell des Diabetes mellitus, altersmedizinische Fragestellungen (healthy ageing), und die alltagsnahe Erfassung von psychischen und behavioralen Prozessen – insbesondere der Emotionsregulation und des Ernährungsverhaltens – mittels ambulantem Monitoring und Ecological Momentary Assessment.

Slot 6 – 11.30 - 12.30 Uhr

Session – Innovative Technologies in Health Psychology

Hörsaal 1 - Moderation: Prof. Dr. Benjamin Schüz

Communication Via Brain-Computer Interfaces (BCIs) in Acquired Brain Injury: Sociotechnical Systems in Health Care

Brukamp, Kirsten[1]

Background: Brain-computer interfaces (BCIs) may be used to analyze brain signals in order to enable communication. The current research and development project NeuroCommTrainer aims at utilizing electroencephalography (EEG) to develop a BCI for people with severe and persistent acquired brain injury. This study sought to identify psychological, social, and ethical implications.

Methods: Interviews were carried out with six caregivers who are in frequent and long-term contact with the affected in a nursing home. Common themes were identified from these narratives by qualitative content analysis.

Results: BCIs promise to enhance autonomy and participation for patients with acquired brain injury in society. The caregivers consider communication and interaction as important factors. They regard and appreciate the clients as at least partially conscious people. The caregivers perceive physiological parameters and minimal reactions as indicators of mental states and their changes in the patients. For them, the clients require intense attention due to their highly vulnerable states. According to their perspectives, the BCIs constitute technologies whose measurements and results may be considered for decision-making in health care settings in addition to all the other information that is available.

Discussion: BCIs are technological devices at the neuroscientific forefront, but they cannot accomplish their goals only by themselves. Rather, BCIs enter or constitute sociotechnical systems and modify them. Use behavior depends on many personal and societal factors, not only on neurotechnological ones. In general, the study illustrates the psychological, social, and ethical circumstances that determine the success of innovative health technologies.

Keywords: Brain-computer interfaces – acquired brain injury – health care – participation – qualitative content analysis

Contact: k.brukamp@eh-ludwigsburg.de

[1] Evangelische Hochschule Ludwigsburg

The Multiple Food Test: A new tool to measure food choices and applied nutrition knowledge

Schreiber, Mike[1]; Bucher, Tamara[2]; Collins, Clare[2]; Dohle, Simone[1]

Background: Assessing food choices in health- and nutrition-related research is a challenging task, and there is a strong need for valid and reliable instruments. Therefore, we developed the Multiple Food Test (MFT) as a new tool for measuring food choices and applied nutrition knowledge.

Method: The choice part of the MFT consists of 18 sets of four food items and participants are asked to choose one of the depicted items. In the knowledge part, participants see the same 18 sets and are asked to indicate which of the four items they perceive to be the healthiest. In Study 1 (N = 425), the relationship between answers in the MFT and eating-related variables was assessed. Study 2 (N = 201) tested the validity of the MFT via assessing its relationship to existing scales that measure related constructs. In Study 3 (N = 40), it was tested if choices in the MFT can predict real choice behavior.

Results: Choices in the MFT were associated with implicit theories of health, healthy eating frequency and importance (Study 1), health and taste motives (Study 1 and 2), self-control, and habitual fruit and vegetable consumption (Study 2). Study 3 revealed that choices in the MFT predict real food choices. The knowledge part of the MFT showed an adequate convergent validity with an existing scale to measure nutrition knowledge and was associated with self-control (Study 2).

Discussion: The MFT offers new opportunities to study variables or to evaluate interventions that influence food choices and eating behavior.

Keywords: Food Choices – Eating Behavior – Nutrition – Nutrition Knowledge

Contact: mike.schreiber@uni-koeln.de

[1] Universität zu Köln, [2] University of Newcastle

With Every Heartbeat: Examining the Association Between Heart Rate and Sense of Presence in a Virtual Thunderstorm

Tomczyk, Samuel[1]; Lehker, Heike[1]; Lemanski, Sandra[1]; Vitera, Jan[1]; Pielmann, Diana[1]; Brasch, Matthias[1]; Markwart, Henriette[1]; Hahm, Stefanie[1]; Schmidt, Silke[1]

Background: A high sense of presence is key to successfully implementing virtual reality interventions, yet the association with psychophysiology, and subsequent behavioural implications, are less clear. Therefore, we investigated the association of perceived presence and heart rate during a virtual thunderstorm.

Method: A convenience sample of 31 participants (M=26.61 years; SD=9.39; 61.3% female) was confronted with a virtual thunderstorm while exploring a virtual city. We measured heart rate, and collected self-reported socio-demographic data, fear of storms as well as motion sickness and sense of presence (i.e. general presence, spatial presence, involvement, experienced realism) with regards to the virtual environment. We analysed changes in heart rate via ANCOVAs with repeated measures.

Results: There was no main effect of time or presence but a significant interaction of time and presence (i.e. involvement) (F(5,120)=5.72, p<.001, η_G^2=.193): highly involved participants' heart rate decelerated at an early sign of the storm (ambient thunder), then recovered, and decelerated again when participants reached a shelter.

Discussion: The observed changes in heart rate are consistent with an orienting response towards early signs of the storm, which corroborates previous findings on acoustic warning signs in virtual reality. The final decrease in heart rate might indicate a return to resting heart rate after having managed the threat. Overall, this study underlines the importance of involvement in behavioral virtual reality trials, which seems to be connected to attentional processes. However, further research is necessary to investigate the processes connecting presence, arousal, and attention in virtual reality to improve its preventive potential.

Keywords: virtual reality – thunderstorm – heart rate – presence – general population

Contact: samuel.tomczyk@uni-greifswald.de

[1] Universität Greifswald

Wissen wir was wir genießen? Genauigkeit von vorhersagter Esszufriedenheit

Villinger, Karoline[1]; Wahl, Deborah Ronja[1]; König, Laura M.[1]; Ziesemer, Katrin[1]; Butscher, Simon[1]; Müller, Jens[1]; Reiterer, Harald[1]; Schupp, Harald T.[1];
Renner, Britta[1]

Hintergrund: Die Vorhersage emotionaler Reaktionen in Bezug auf zukünftige Ereignisse ist von großer Bedeutung. Jedoch unterliegen Vorhersagen systematischen Verzerrungen und überschätzen sowohl die Intensität wie auch die Dauer der emotionalen Reaktion („Impact Bias"). Hierzu wurden bislang hauptsächlich einmalige, distinkte zukünftige Ereignisse untersucht. Um die generelle Bedeutung des Impact Bias in Vorhersagen zu untersuchen, fokussiert die vorliegende Studie auf sich wiederholende, alltägliche Ereignisse am Beispiel erlebter Esszufriedenheit.

Methode: Mittels eines smartphone-basierten Ecological Momentary Assessment erfassten 73 Teilnehmer ihr Essverhalten sowie ihre Esszufriedenheit über einen Zeitraum von 14 Tagen. Die Vorhersagegenauigkeit wurde mittels der Übereinstimmung zwischen vorhergesagter Esszufriedenheit und im Moment erlebter Esszufriedenheit untersucht. Die Ausprägung der Abweichung wurde hierbei sowohl in Hinblick auf personenspezifische Unterschiede wie der dispositionellen Erwartung bezüglich der Esszufriedenheit als auch auf situationsspezifischen Aspekten wie der Variabilität im Erleben analysiert.

Ergebnisse: Es zeigte sich eine erhebliche inter- sowie intraindividuelle Variation in der im Moment erlebten Esszufriedenheit, *ICC*=.47. Der Vergleich von vorhergesagter und im Moment erlebter Esszufriedenheit zeigte eine signifikante Abweichung („Impact Bias"), deren Ausprägung sowohl von dispositionellen Erwartungen wie auch der Variabilität im Erleben beeinflusst war. Es zeigte sich keine Interaktion zwischen dispositioneller Erwartung und Variabilität im Erleben, was auf einen vergleichbaren Einfluss von Variabilität auf die Genauigkeit der Vorhersagen bei allen Teilnehmenden hindeutet.

Diskussion: Die Ergebnisse verdeutlichen zum einen die generelle Bedeutung des Impact Bias in Vorhersagen für sowohl einmalige wie auch alltägliche Ereignisse, betonen zum anderen jedoch auch die Wichtigkeit von inter-individuellen Unterschieden in Bezug auf die Fähigkeit zukünftige Ereignisse akkurat vorherzusagen.

Keywords: Vorhersagegenauigkeit – Impact Bias – EMA

Kontakt: karoline.villinger@uni-konstanz.de

[1] Universität Konstanz

Intrinsische Motivation für die Nahrungszubereitung mit Kindern: Eine Untersuchung von personalen und Kontext-Faktoren

Dohnke, Birte[1]; Schröder, Ines[1]; Guzmán, Renán A. Oliva[1]; Lührmann, Petra[1]

Hintergrund: Ich kann kochen! ist eine bundesweite Initiative für praktische Ernährungsbildung, die im Rahmen des Präventionsgesetzes von der Sarah Wiener Stiftung und der BARMER durchgeführt wird. Sie folgt einem Multiplikatoren-Ansatz und bildet pädagogische Fachkräfte in eintägigen Fortbildungen zu sogenannten Genussbotschafter_innen aus. In der Fortbildungsevaluation wird postuliert, dass die intrinsische Motivation für die Nahrungszubereitung mit Kindern ein relevanter Gelingensfaktor für die anschließende Umsetzung ist. Basierend auf der Selbstdeterminationstheorie wird untersucht, welche Rolle personale und Kontextfaktoren für die intrinsische Motivation spielen.

Methode: Fragebogenbefragung von 1.298 Fortbildungsteilnehmer_innen. Erfassung von personalen Faktoren (Kompetenz- und Autonomieerleben in der Fortbildung, objektive Kompetenzindikatoren) und Kontextfaktoren (Förderung von Kompetenz, Autonomie und sozialer Eingebundenheit in der Fortbildung, Vorhandensein einer Küche). Vergleich derjenigen mit hoher und geringer intrinsischer Motivation.

Ergebnisse: Die intrinsische Motivation der Genussbotschafter_innen für die Nahrungszubereitung mit Kindern war im Durchschnitt hoch. Diejenigen mit hoher Motivation erlebten sich kompetenter und autonomer in der Fortbildung und hatten häufiger eine Zusatzausbildung, Vorerfahrung und mehr Ernährungswissen. Sie nahmen eine stärkere Förderung ihrer Kompetenz, Autonomie und Eingebundenheit in der Fortbildung wahr und hatten häufiger eine Küche in ihrer Einrichtung. Zudem waren sie überzeugter, dass das Gelernte im Arbeitsalltag umsetzbar ist und sie mit Kindern Nahrung zubereiten können.

Diskussion: Die intrinsische Motivation der Genussbotschafter_innen für die Nahrungszubereitung mit Kindern ist hoch und hängt erkennbar auch mit objektiven Kompetenzindikatoren und Kontextfaktoren zusammen. Ein Follow-up wird den Zusammenhang mit der tatsächlichen Tätigkeit zeigen. Die vorliegenden Ergebnisse legen bereits nahe, die Fortbildung weiterzuentwickeln.

Keywords: Motivation – Ernährung – personale Faktoren – Kontextfaktoren

Kontakt: birte.dohnke@ph-gmuend.de

[1] Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd

Lebensmittel als mögliche Infektionsquelle von Antibiotikaresistenzen: Prädiktoren von präventivem Verhalten

Freivogel, Claudia[1]

Hintergrund: Antimikrobiell resistente (AMR) Bakterien können über Lebensmittel auf den Menschen übertragen werden und zu schwer behandelbaren Infektionen führen. Das Übertragungsrisiko kann durch einfache Hygienemaßnahmen reduziert werden, weshalb das Verhalten von Konsumenten bei der Ausbreitung von AMR eine wichtige Rolle spielt. Um eine effektive Intervention zu gestalten, wollen wir die Determinanten von AMR Präventionsverhalten beim Umgang mit tierischen Lebensmitteln identifizieren.

Methode: In einer Online-Umfrage mit Konsumenten (N=660), die regelmäßig Fleisch oder Fisch zubereiten, haben wir das Wissen zur AMR-Übertragung und weitere mögliche Einflussgrößen von präventiven Verhalten gemessen. Das Umsetzen von Sicherheitsmaßnahmen beim Umgang mit tierischen Lebensmitteln in der Küche wurde ebenfalls erhoben. Mit einer Regressionsanalyse haben wir den Zusammenhang der verschiedenen Determinanten auf das Präventionsverhalten ermittelt.

Ergebnisse: Ältere Personen gaben häufiger an, beim Umgang mit Lebensmitteln Sicherheitsmaßnahmen umzusetzen. Andere demographische Variablen wie Geschlecht oder Bildungsniveau hatten keinen Zusammenhang mit dem Handeln. Intention ($\beta = .25$; $p < .001$), Selbstwirksamkeit ($\beta = .19$; $p < .001$), subjektive Norm ($\beta = .05$; $p = .004$) sowie Handlungs- ($\beta = .08$; $p = .001$) und Bewältigungsplanung ($\beta = .09$; $p < .001$) waren signifikante Prädiktoren von präventivem Verhalten. Diese Determinanten konnten 59.5% der Varianz ($p < .001$) erklären. Die Variable Handlungsergebniserwartung wurde aufgrund der schlechten Reliabilität nicht in die Analyse mit einbezogen.

Diskussion: Eine Intervention zur Förderung des sicheren Umgangs mit Lebensmitteln sollte theoretische Methoden anwenden, welche die relevanten Determinanten beeinflussen. Eine Möglichkeit zur Stärkung der Selbstwirksamkeit wäre Modeling der Hygienemaßnahmen, was sich direkt, oder indirekt über die Intention, auf das Verhalten auswirken kann.

Keywords: Antibiotikaresistenz – präventives Verhalten – psychologische Determinanten

Kontakt: claudia.freivogel@fhnw.ch

[1] Fachhochschule Nordwestschweiz

Reaktivität bei wiederholten Messungen körperlicher Aktivität mittels Akzelerometer

Ullrich, Antje[1]; Baumann, Sophie[1]; Voigt, Lisa[1]; John, Ulrich[1]; Ulbricht, Sabina[1]

Hintergrund: Akzelerometer werden für die objektive Erfassung von körperlicher Aktivität (kA) eingesetzt. Es ist wenig bekannt, ob das Tragen eines Akzelerometers reaktives Verhalten hervorruft und in welchem Ausmaß sich Reaktivität über wiederholte Messungen zeigt. Die Studie untersucht Reaktivität als Veränderung des Verhaltens über einen Tragezeitraum von 7 Tagen hinsichtlich des Umfangs (1) von kA und (2) der Tragezeit zu zwei Messzeitpunkten.

Methoden: Von 177 Teilnehmenden einer Pilotstudie zur Steigerung von kA trugen 136 (Alter: *M*=55 ± 6 Jahre; 65% Frauen) ein Akzelerometer zu Baseline und nach 12 Monaten und erfüllten die Tragekriterien: (1) mindestens 5 Tagetage (davon mindestens ein Wochenendtag), (2) Tragezeit mindestens 10 Stunden/Tagetag. Zur Modellierung der Veränderungen über den Tragezeitraum hinsichtlich der im Sitzen verbrachten Zeit sowie des Zeitumfangs leichter und moderat bis anstrengender kA, wurden latente Wachstumskurvenmodelle berechnet.

Ergebnisse: Über beide Tragezeiträume nahm die Sitzzeit um 2min/Tag (Baseline; *p*=.038; *M*=603min) bzw. 4min/Tag (nach 12 Monate; *p*=.001; *M*=594min) zu und leichte kA nahm um 2min/Tag (*p*=.033; *M*=231min) bzw. 3min/Tag (*p*=<.001; *M*=227min) ab. Die Tragezeit reduzierte sich zu Baseline um 5min/Tag (*p*=.036; *M*=881min), jedoch nicht nach 12 Monaten (*M*=865min). Der Umfang moderater bis anstrengender kA änderte sich weder zu Baseline (*M*=47min) noch nach 12 Monaten (*M*=44min).

Diskussion: Zu beiden Messzeitpunkten wird leichte kA über den Tragezeitraum vermutlich durch Sitzen ersetzt. Reaktivität bei wiederholten Messungen ist jedoch eher für die Tragezeit des Akzelerometers zu erwarten, da sich der Grad der Veränderung zwischen den Messzeitpunkten unterscheidet. Dies sollte als konfundierender Faktor bei der Planung und Durchführung von Studien berücksichtigt werden.

Keywords: Akzelerometer – Reaktivität – körperliche Aktivität – Sitzen – Tragezeit – latente Wachstumskurvenmodelle

Kontakt: antje.ullrich@uni-greifswald.de

[1] Universitätsmedizin Greifswald

Angst vor körperlicher Bewegung bei Patient_innen mit chronischer Herzinsuffizienz – eine psychophysiologische Konstruktvalidierung im Schreckreflex-Experiment

Hoffmann, Jeremia Mark[1]; Finke, Johannes[1]; Vögele, Claus[2]; Schulz, André[2]; Lauterbach, Michael[3]; Voss, Frederik[3]; Kindermann, Ingrid[4]; Spaderna, Heike[1]

Hintergrund: Angst vor körperlicher Bewegung (fear of physical activity, FoPA) wird als psychologische Barriere für körperliche Aktivität bei Herzinsuffizienz diskutiert. Ziel dieser Studie ist die Konstruktvalidierung anhand physiologischer Angstkorrelate über das Paradigma der affektiven Schreckreflexmodulation, welches eine Schreckreflex-Potenzierung nach negativ-valentem Priming vorhersagt. Quasi-experimentell wurde untersucht, ob eine potenzierte Schreckreaktion bei Patient_innen mit hoher FoPA-Ausprägung nach Priming mit Wörtern auftritt, die mit körperlicher Aktivität assoziiert sind (phobische Valenz).

Methode: Sechzig Personen (66±8 Jahre; 65% männlich) wurden nach einem alters- und geschlechtsspezifischen Matching in drei Gruppen eingeteilt: durch ein multizentrisches Screening mit dem FActS-15-Fragebogen wurden eine Hoch- und Niedrig-FoPA-Gruppe (Mediansplit) aus jeweils 20 Personen mit diagnostizierter Herzinsuffizienz gebildet; des Weiteren eine Kontrollgruppe aus 20 kardiovaskulär Gesunden. Während computergestützt-randomisierter Priming-Versuche mit 80 standardisierten Wörtern verschiedener Valenz wurde eine Schreckreaktion induziert und die Aktivierung des M. orbicularis oculi elektromyographisch aufgezeichnet. Die resultierenden EMG-Magnituden wurden baseline-korrigiert und z-standardisiert. Die Anwendbarkeit des Paradigmas bei Herzinsuffizienz wurde mittels Varianzanalyse mit Messwiederholung für die negative, neutrale und positive Valenzbedingung geprüft. Der Einfluss von FoPA auf die Schreckreflexmodulation zwischen phobischer und neutraler Valenzbedingung wurde regressionsanalytisch geschätzt.

Ergebnisse: Ein tendenzieller Haupteffekt der Valenz in Patienten- und Kontrollgruppe bestätigte potenzierte Schreckreaktionen nach negativem Priming verglichen mit Priming anderer Valenzbedingungen. Innerhalb der beiden Patientengruppen prädizierte eine hohe FoPA-Ausprägung signifikant stärkere Schreckreaktionen nach Priming mit bewegungsassoziierten Wörtern als bei niedriger FoPA (β=.38, p=.016).

Diskussion: Das Schreckreflexparadigma ist bei Herzinsuffizienz anwendbar. Das Konstrukt FoPA ließ sich aus physiologischer Perspektive validieren und bietet somit einen wichtigen Ansatzpunkt für gesundheitspsychologische Interventionen zur FoPA-Reduktion bei Personen mit Herzinsuffizienz.

Keywords: Angst vor körperlicher Bewegung – Kinesi-

ophobia – Herzinsuffizienz – Startle-Experiment – Affektive Schreckreflexmodulation

Kontakt: hoffmannj@uni-trier.de

[1] Universität Trier, [2] Université du Luxembourg, [3] Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier, [4] Universitätsklinikum des Saarlandes

Stress und Migration – Einflussfaktoren des interkulturellen Erfolgs

Genkova, Petia[1]

Hintergrund: Die Studie beschäftigt sich mit der Frage, welche Auswirkungen ein Auslandsaufenthalt und kurzfristige Migration auf die interkulturelle Kompetenz und die Persönlichkeitsentwicklung hinsichtlich der Stressbewältigungsstrategien hat. Es werden die Wechselwirkungen zwischen den Stressbewältigungsstrategien und soziokultureller und psychologischer Anpassung analysiert.

Methode: Es wurden insgesamt 735 Personen befragt, die mindestens ein halbes Jahr im Ausland verbracht haben. Es wurden die SCAS-Skala, das Stress Inventar und die Skala über Interkulturelle Kompetenz eingesetzt.

Ergebnisse: Die ermittelten Ergebnisse zeigen Unterschiede in Bezug auf den Kompetenzzuwachs der Personen in Abhängigkeit von der Stressbewältigungsstrategie, wobei die Probanden mit problemorientiertem Coping eine bessere Anpassung erzielen, als diejenigen mit emotionszentrierten Strategien. Als moderierende Faktoren auf der situationsbezogenen Ebene wurden kulturelle Distanz, Aufenthaltsdauer und Kontaktqualität ermittelt. Als Einflussfaktoren der soziokulturellen Anpassungen lassen sich auf der individuellen Ebene die Sprachkenntnisse und die kulturorientierte Vorbereitung ermitteln. Zwischen soziokultureller und psychologischer Anpassung kann ein wechselseitiges Beeinflussungsverhältnis festgestellt werden.

Diskussion: Es werden die Limitationen auf Bezug der Messäquivalenz der Variable Kulturelle Distanz und in Bezug auf Kulturspezifische Dimensionen diskutiert. Durch die Untersuchungsergebnisse lässt sich feststellen, dass im Ausland gewohnte Leistungen erreicht werden und die Gefahr eines vorzeitigen Abbruchs des Aufenthalts reduziert werden kann. Letztendlich sind beide Aspekte der Stress und Kulturelle Anpassung Voraussetzungen für den interkulturellen Erfolg bei freiwilliger Migration.

Keywords: Stress – Migration – Kultur – Wohlbefinden – Kompetenz

Kontakt: petia@genkova.de

[1] Hochschule Osnabrück

Verabschiedung

12.30 - 13.00 Uhr, Hörsaal 4

Verabschiedung mit Präsentation der Posterpreise und Verleihung des Forschungspreises / Farewell adress with research award ceremony and presentation of poster awards

Notizen

Autor*innenverzeichnis

A

Adam, Sibylle ... 22
Akotia, Charity S. ... 19
Alverenga, Marle ... 19
Amrein, Melanie Alexandra ... 50
Apolinário-Hagen, Jennifer ... 33, 56
Arbit, Naomi ... 19
Arend, Ann-Kathrin ... 22, 63
Augsburger, Mareike ... 17

B

Batra, Anil ... 20
Bauer, Jana Felicitas ... 65
Baumann, Sophie ... 42, 72
Baumeister, Harald ... 24, 64
Bayer, Julia ... 63
Becker, Clemens ... 43
Becker, Sebastian ... 57
Benyamini, Yael ... 18
Berberich, Götz ... 26
Berli, Corina ... 38, 53, 61
Betsch, Cornelia ... 62
Beutel, Manfred E. ... 23, 35
Bhangaokar, Rachana ... 19
Bischof, Gallus ... 20
Bischoff, Marie ... 20, 22
Blanke, Elisabeth S. ... 30
Blechert, Jens ... 22, 51, 63
Bloemeke, Janika ... 41, 45
Boeing, Heiner ... 37
Bosnjak, Michael ... 16
Brähler, Elmar ... 23, 35
Brasch, Matthias ... 69
Braun, Ottmar ... 65
Brick, Cameron ... 61
Brukamp, Kirsten ... 68
Bucher, Tamara ... 68
Bullinger, Monika ... 41, 45, 46
Buntrock, Claudia ... 24
Butscher, Simon ... 70

C

Calvano, Claudia ... 57
Canavarro, Maria Cristina ... 46
Collins, Clare ... 68
Conner, Mark ... 61
Cuijpers, Pim ... 24

D

da Silva, Neuza ... 46
Dallacker, Mattea ... 54
Debbeler, Luka Johanna ... 18, 23, 28
Di Maio, Sally ... 38
Dohle, Simone ... 68
Dohnke, Birte ... 70
Domhardt, Matthias ... 24
Domke, Antonia ... 51
Dörr, Marcus ... 42

E

Ebert, David Daniel ... 24
Ebinger, Friedrich ... 57
Eggermann, Julia ... 24
Ehrmann, Dominic ... 30
Eitze, Sarah ... 62
Emmer, Christine ... 16
Ende, Luisa ... 41
Ernst, Gundula ... 46
Ertel, Wolfgang ... 38
Eschenbeck, Heike ... 26

F

Faltermaier, Toni ... 55
Felsenberg, Dieter ... 38
Finke, Johannes ... 72
Fischler, Claude ... 19
Fleig, Lena ... 42, 43, 51
Freivogel, Claudia ... 71
Freyer-Adam, Jennis ... 42
Fritsche, Lara ... 33
Froreck, Axel ... 40
Furumitsu, Isato ... 19

G

Gaun, Renate ... 25
Gaus, Aline ... 48
Genkova, Petia ... 25, 73
Giese, Helge ... 52
Gijselaers, Wim ... 27
Gillé, Vera ... 26
Gouasé, Natalie ... 65
Greffin, Klara ... 40

Guertler, Diana 20
Gusy, Burkhard 65
Guzmán, Renán A. Oliva 70

H

Hahm, Stefanie 69
Hauffa, Berthold 46
Hebestreit, Helge 41
Heim-Dreger, Uwe 26
Heinemeier, Dorothee 62
Henschke, Eva 26
Herbert, Beate M. 47, 48
Hermanns, Norbert 30
Hierhager, Mario 47
Hoferichter, Frances 16
Hoffmann, Jeremia Mark 72
Hoffmann, Wolfgang 40
Hohl, Diana Hilda 29, 38
Holzgang, Sarah 53
Hoppmann, Christiane 38
Horn, Andrea B. 53
Hu, Xiaomeng 19
Hudert, Christian 57
Hufenbach, Miriam 16

I

Ianiro-Dahm, Patrizia 27
Imada, Sumio 19
Inauen, Jennifer 50
Iven, Enno 57

J

Jansen, Carl-Philipp 43
Jochmann, Anna 65
John, Dennis T. 31
John, Ulrich 20, 42, 72
Jones, Christopher M. 62

K

Kadel, Philipp 57
Kannen, Christopher 64
Kaptan, Gülbanu 19
Karabatsiakis, Alexander 64
Karanassios, Georgios 26
Karl, Verena 31
Karyotaki, Eirini 24
Kaufer-Horwitz, Martha 19
Kawa, Christine 27
Keller, Jan 29, 38, 51
Keller, Roger 16
Kemper, Jessica 33, 56
Kerkhoff, Denise 26
Kessler, Eva-Marie 18
Khalsa, Sahib 48
Kilb, Michael 52
Kindermann, Ingrid 72
Klaiber, Patrick 30
Klappstein, Kerstin 27
Klenk, Jochen 43
Klusmann-Weißkopf, Verena 18
Knoll, Nina 29, 30, 38, 51
Kohlmann, Carl-Walter 26, 55
Kohls, Niko 31
Kollei, Ines 32
Kollmann, Josianne 18, 23, 28
König, Laura M. 50, 70
Kramer, Franziska 43
Krause, Kristian 20
Kröger, Hannes 21
Kubiak, Thomas 30
Kühnel, Jana 63
Kulzer, Bernd 30
Küpke, Nora Katharina 62

L

Labudek, Sarah 43
Lages, Nadine C. 18, 23, 28
Lauterbach, Michael 72
Lehker, Heike 69
Lein, Sophie 28
Lemanski, Sandra 69
Lesener, Tino 65
Löbel, Lea-Maria 21
Lohaus, Arnold 26
Lorbeer, Noemi 29
Lührmann, Petra 70
Lüscher, Janina 53, 61

M

Maas, Jasper 16
Mai, Sandra 48
Markwart, Henriette 46, 69
Mata, Jutta 16, 52, 57
Mayer, Benjamin 64
Melchers, Klaus 63
Menon, Usha 19
Menrath, Ingo 45
Messner, Eva-Maria 64
Messner, Matthias 64

Meyer, Christian 20
Mikhof, Anna 21, 25
Mittl, Theresa 51
Moehring, Anne 20
Montag, Christian 64
Moraß, Anna M. 29
Muehlan, Holger 20, 23, 28, 29, 40, 46, 66
Müller, Jens 70

N

Nerz, Corinna 43
Notthoff, Nanna 18, 43
Nusser, Lisa 47

O

Oeff, Michael 40
Oldenburg, Mara 30
Onderka, Christiane 41
Otto, Christiane 46

P

Pannicke, Björn 63
Pauly, Theresa 38
Peifer, Corinna 40
Pereira, Marco 46
Pfaff, Holger 33
Pfannes, Ulrike 22
Pfeifer, Gabi 31
Pfister, Lisa 41
Pielmann, Diana 69
Pollatos, Olga 26, 47, 48, 51, 63, 64
Popp, Johanna 43
Posovszky, Carsten 57
Priesterroth, Lilli 30

Q

Quitmann, Julia 41, 45

R

Raab, Gerhard 65
Rackow, Pamela 16
Radtke, Theda 37, 38, 53
Rahn, Maxi 31
Rauers, Antje 30
Ravens-Sieberer, Ulrike 46
Reichenberger, Julia 22, 51, 63
Reiterer, Harald 70
Renner, Britta 18, 19, 23, 28, 37, 50, 70
Riediger, Michaela 30
Ritter, Oliver 40
Rodeck, Burkhard 46
Rogge, Frederike 58
Röhrich, Christina 31
Rosenberger, Vanessa 53
Rossi, Carolina Diana 22
Rostalski, Tim 28
Rozin, Paul 19
Ruby, Matthew B. 19
Rumpf, Hans-Jürgen 20

S

Sacchi, Livia 17
Salewski, Christel 24, 56
Sariyska, Rayna 64
Schenkel, Konstantin 37
Schillings, Christine 64
Schmalbach, Bjarne 35
Schmid, Regina Franziska 32
Schmidt, Silke 20, 22, 23, 28, 31, 40, 46, 66, 69
Schmocker, David 38
Schneider, Sven 57
Schoch, Simone 16
Scholz, Urte 16, 37, 38, 50, 53, 61
Schomerus, Georg 40
Schreiber, Mike 68
Schrepfer, Hannah 32
Schröder, Ines 70
Schroeder, Stefanie 32, 35
Schubert, Bettina 42
Schubin, Kristina 33
Schüler, Julia 16
Schultchen, Dana 26, 51, 63, 64
Schulz, André 49, 72
Schumann, Sonja Katharina 33
Schupp, Harald T. 19, 37, 70
Schuster, Barbara 40
Schütz, Lea 48
Schüz, Benjamin 61, 62
Schwaninger, Philipp 61
Schwarzer, Ralf 19, 38, 51
Schwenk, Michael 43
Schwerdtfeger, Andreas 64
Sedlmeier, Peter 26
Seitz, Hanna 35
Sieverding, Monika 55
Siewert-Markus, Ulrike 42
Smyth, Joshua M. 51
Spaderna, Heike 72

Spohn, Birgit Heike 34
Sproesser, Gudrun 19
Steckhan, Greta 42
Steins-Löber, Sabine 32, 35
Stelzmann, Daniela 34
Stumpf, Kristina 66
Szczepanski, Rüdiger 46

T

Thees, Robin 35
Thomas, Joachim 29, 32
Thyen, Ute 46
Tibubos, Ana Nanette 21, 23, 35
Tomczyk, Samuel 22, 29, 31, 69
Tscharaktschiew, Nadine 35, 41

U

Ulbricht, Sabina 42, 72
Ullrich, Antje 42, 72

V

van den Berg, Neeltje 40
van der Velde, Caroline 32, 35
Villinger, Karoline 37, 70
Vitera, Jan 69
Vögele, Claus 72
Voigt, Lisa 42, 72
Voss, Frederik 72

W

Wahl, Deborah Ronja 37, 70
Warner, Lisa Marie 42, 43
Warschburger, Petra 57
Wartberg, Lutz 58
Wegner, Mirko 16
Wegscheider, Karl 57
Weh, Tabea R. M. 51
Wiegand-Grefe, Silke 45
Wieners, Leonie 21
Wiest, Maja 18
Wilding, Sarah 61
Wingartz, Christina 45
Witt, Stefanie 41, 45
Wocker, Maximilian 41
Wolstein, Jörg 35
Wolter, Christine 65
Wortmann, Hanna 36

Z

Zeike, Sabrina 33
Zenger, Markus 35
Ziesemer, Katrin 50, 70
Zimprich, Daniel 47
Zink, Alexander 40

gp2019.uni-greifswald.de
gp2109@uni-greifswald.de
Telefon 03834 420-3807