



Paarstudie: Co-Regulation von Emotionen im Alltag



Wie spielen Ihre Stimmungen zusammen?



CO - SENSE

## Information zur Studie

In Partnerschaften hängen die Emotionen der Partner voneinander ab. Es handelt sich um ein wechselseitiges Zusammenspiel und eine Beeinflussung der Gefühle. Diese sogenannte Co-Regulation scheint massgeblich am Wohlbefinden der Partner beteiligt zu sein. Es ist das Ziel dieser Studie, mehr über den Prozess der Co-Regulation, seine Einflussgrössen (z.B. Gesprächskultur oder Alter) und deren Auswirkungen zu erfahren. Es geht also um Fragen, welche Paare wie von der gemeinsam verbrachten Zeit profitieren.

## Teilnahmebedingungen

- Beziehungsdauer: mindestens 6 Monate
- Sie sehen sich mind. 3x wöchentlich
- Alter: 18-30 Jahre oder 65+

## Ablauf

- Einführungssitzung in Zürich Oerlikon, ca. 2h
- Während 21 Tagen mit zur Verfügung gestellten Smartphones: passive Erfassung der gemeinsam verbrachten Zeit, 3x täglich Ausfüllen von kurzen Fragebögen, Aufnahme von 4 Paargesprächen
- Online-Nachbefragung nach 3 Monaten

## Entschädigung

- Für Ihre Teilnahme erhalten Sie als Dankeschön: 100.- CHF oder 10 Vpn-Stunden
- Ausserdem auf Wunsch: Rückmeldung über Ihren Umgang mit Stimmungen als Paar

## Anmeldung und weitere Informationen

Kontakt: Corinne Boillat, 044 634 53 76,  
[co-sense@dynage.uzh.ch](mailto:co-sense@dynage.uzh.ch), [www.co-sense.ch](http://www.co-sense.ch)

Forschungsteam: Dr. Andrea Horn, M.Sc. Tabea Meier, Patrick Bättschmann, Kathrin Thomann

CO - SENSE

