



## Co-Sense: Detaillierter Ablauf





## Ersttermin

Der Ersttermin findet am Universitären Forschungsschwerpunkt (UFSP) Dynamik Gesunden Alterns der Universität Zürich statt. Es handelt sich um ein Interview, das von einem/-r Mitarbeiter/-in durchgeführt wird. Da uns die individuelle, subjektive Sicht interessiert, finden die Befragungen für beide Partner separat statt. Zusätzlich erfolgen Online-Befragungen am Computer. (Diese können auch von Zuhause aus ausgefüllt werden.)

Im Interview werden Sie zu allfälligen früheren oder gegenwärtigen psychischen Belastungen befragt. Die Dauer des Interviews beträgt durchschnittlich 30 Minuten, kann aber individuell unterschiedlich sein. Weil der kognitive Status ebenfalls den Umgang mit Stimmungen beeinflussen könnte, werden wir im Anschluss noch kognitive Tests durchführen. Diese beinhalten kurze Untersuchungen der Orientierung, des Gedächtnisses und verbaler Fähigkeiten und werden etwa 10 Minuten in Anspruch nehmen. Zusätzlich werden Sie gebeten, einen Online-Fragebogen über Ihre Person, Situation, Befindlichkeit, Gesundheit, Partnerschaft und Ihren Umgang mit schwierigen Situationen auszufüllen. Die Bearbeitung kann, wenn gewünscht, von zu Hause aus erfolgen und dauert je nach Bearbeitungsgeschwindigkeit zwischen 30 und 45 Minuten.

Vor Beendigung des ersten Termins erhalten Sie eine detaillierte Einführung zur Befragung im Alltag. Anschliessend werden Ihnen die beiden Studiengeräte (Motorola Smartphones) ausgehändigt.

Der Umgang mit den Studiengeräten erfordert keine Vorkenntnisse mit Smartphones. Allfällige Fragen können bei der Einführung geklärt werden, selbstverständlich können Sie aber auch während des Verlaufs der Studie jederzeit Kontakt mit den Studienmitarbeitenden aufnehmen.

## Erhebungsperiode im Alltag

Es folgt eine dreiwöchige Befragung im Alltag mit den Smartphones. Den Zeitpunkt des Startes können Sie als Paar selbst festlegen. Es sollte darauf geachtet werden, dass es sich um drei möglichst typische bzw. repräsentative Wochen für Ihren Alltag handelt. So sollten beispielsweise Urlaube nicht in den Erhebungszeitraum fallen.

### Wichtige Hinweise zur Alltagserfassung

Sie werden gebeten, die Smartphones jeweils bei sich zu tragen, wenn Sie unterwegs sind. Über passives Sensing wird erfasst, ob das Smartphone Ihres Partners in der Nähe ist bzw. ob Sie beide zusammen sind. Daten über Ihren genauen Aufenthaltsort bleiben verborgen. Eine Ausnahme stellt die tägliche GPS Verortung in der Mittagsbefragung dar, die allerdings erst nach Ihrer Erlaubnis erfolgt. Diese dient zur Überprüfung und Erkennung von möglichen Sensing-Problemen.

Wir bitten Sie, die Studiengeräte zu Hause angeschlossen am Ladekabel zu platzieren. Wenn beide Partner zu Hause sind, sollten die Geräte möglichst nahe beieinander liegen. Diese Vorgehensweise soll mögliche Störeinflüsse vermeiden und eine volle Batterie während der Studie gewährleisten.



### Ablauf der Alltagserfassung

Jeweils morgens, mittags und abends werden Sie mittels Erinnerungssignal aufgefordert, einen kurzen Fragebogen direkt auf Ihrem Gerät zu beantworten. Ist der Zeitpunkt ungünstig, kann das Erinnerungssignal verschoben werden.

Die Morgenbefragung dauert etwa 2 Minuten, die Mittags- und Abendbefragung ungefähr 5 Minuten. Wichtig: Die Abendbefragung sollte, wenn möglich, kurz vor dem zu Bettgehen beantwortet werden (spätestens aber bis 00:00 Uhr).

### Morgenbefragung

Die Morgenbefragung beinhaltet Fragen zu Ihrer momentanen Befindlichkeit sowie zur Einschätzung der Befindlichkeit Ihres Partners. Da sich Schlafqualität und -quantität als wichtige Indikatoren für Wohlbefinden erwiesen haben, sind sie ebenfalls Bestandteil der Morgenbefragung.

### Mittagsbefragung

In der Mittagsbefragung werden Sie erneut nach Ihrer Befindlichkeit und derer des Partners befragt. Zusätzlich wird Ihr Umgang mit verschiedenen Stimmungen erhoben.

### Abendbefragung

In der Abendbefragung werden Sie zusätzlich über besondere Ereignisse des Tages befragt.

Um die Zusammenhänge des Verlaufs von Wohlbefinden, Regulationsstrategien und partnerschaftlichen Aspekten zu untersuchen, bewährten sich bereits in früheren Studien alltagsnahe Erfassungsmethoden. Man erhofft sich damit einen Einblick in alltägliche Dynamiken im Umgang mit Stimmungen, um möglichen Belastungen gezielt entgegen zu wirken.

### Dinner Talks

Um weitere Einblicke in alltägliche Partnerschaftsprozesse zu erhalten, werden Sie gebeten, während diesen drei Wochen, mindestens vier Gespräche zwischen Ihnen und Ihrem Partner mit dem Smartphone aufzunehmen. Den Zeitpunkt und die Dauer dieser Gespräche können Sie frei bestimmen, die Aufnahme erfolgt auf Knopfdruck. Aus Datenschutz-Gründen sind Sie gebeten, die Aufnahmen nur dann zu tätigen, wenn Sie und Ihr Partner alleine sind.

### Zwischenbefragung

Zum Zeitpunkt der Geräteübergabe bitten wir Sie, einen kurzen Online- Fragebogen über die Handhabung der Smartphones (technische Probleme, Störeinflüsse etc.) zu beantworten. Dies kann, wenn gewünscht, auch von zu Hause aus erfolgen.

### Nachbefragung

Da sich die Gesundheit und das subjektive Erleben über die Zeit verändern können, werden Sie 3 Monate nach Beginn der Studie gebeten, eine kurze Online-Nachbefragung (ca. 15 Minuten) auszufüllen. Dies ermöglicht uns, die Zusammenhänge innerhalb der Person und des Paares über die Zeit hinweg zu untersuchen. Dies erlaubt uns Einblicke in Prozesse, die das Wohlbefinden des Einzelnen und des Paares beeinflussen.



Wir möchten Ihnen die Teilnahme **an allen drei Befragungen** besonders ans Herz legen. Nur dies gewährleistet eine vielschichtige und hochwertige Auswertung der Daten.

## Kontakt

Falls während der Erhebung Fragen auftauchen, können Sie sich auf der Studienwebpage [www.co-sense.ch](http://www.co-sense.ch) informieren oder uns eine E-Mail schreiben: [co-sense@dynage.uzh.ch](mailto:co-sense@dynage.uzh.ch)

Damit die unterschiedlichen Perspektiven unverfälscht berichtet werden können, bitten wir Sie **NICHT mit Ihrem Partner über Ihre gewählten Antworten zu reden** bis die Studie beendet ist.

## Weitere Informationen

### Freiwillige Teilnahme

Die Teilnahme an dieser Studie ist freiwillig. Sie können jederzeit Ihre Teilnahme ohne Angabe von Gründen widerrufen, ohne dass Ihnen daraus Nachteile entstehen. Wir behalten uns vor, die bis zum Zeitpunkt des Austritts in der Studie erhobenen Daten weiter zu verwenden, wenn Sie das nicht ausdrücklich ablehnen. Wir wären dankbar, wenn Sie uns per E-Mail über die Unterbrechung der Studie informieren könnten.

### Vertraulichkeit und Datenschutz

Ihre personenbezogenen Daten werden nach Beendigung der Studie gelöscht. Sie können jederzeit eine Löschung aller Ihrer Daten verlangen. Gespeicherte Daten werden voll anonymisiert. Ihr Name und Ihre persönlichen Daten (E-Mail-Adresse, Telefonnummer) werden getrennt von den Daten niedergelegt, nur im Rahmen dieser Studie verwendet und nicht an Dritte weitergegeben. Ihre Angaben werden streng vertraulich behandelt und nicht an Dritte – auch nicht Ihren Partner – weitergegeben. Die Daten werden auf einem Server gespeichert, der vor unautorisiertem Zugriff geschützt ist. Die Daten, die über das Smartphone erhoben werden, werden nur kryptographisch verschlüsselt an einen sicheren Server in Deutschland gesendet. Die Vertraulichkeit ist so auch bei einem allfälligen Verlust des Gerätes gewährleistet und es sind keine Rückschlüsse auf Ihre Person möglich.

### Open Science Praktiken

Die Ergebnisse und Daten dieser Studie werden als wissenschaftliche Publikation veröffentlicht. Dies geschieht in anonymisierter Form, d.h. ohne dass die Daten einer spezifischen Person zugeordnet werden können. Die vollständig anonymisierten Daten dieser Studie (keine Sensing-Rohwerte, die auch indirekt auf die Person zurückführen könnten) werden als offene Daten in einem sicheren, internetbasierten Datenarchiv (z.B. OSF, ZPID, GESIS etc.) zugänglich gemacht. Damit folgt diese Studie den Empfehlungen des Schweizer Nationalfonds.

Die Studie wurde von der Ethikkommission der Philosophischen Fakultät der Universität Zürich auf ethische Unbedenklichkeit überprüft. Die Kantonale Ethikkommission hat festgestellt, dass die Studie nicht unter das Humanforschungsgesetz fällt.