

Studieninformation

Projekttitlel

SelfGrowth – eine Chatbot-Intervention zur Steigerung des Selbstwerts

Ziel

Diese Studie untersucht die Wirksamkeit eines Selbstwertprogramms für erwachsene via Chatbot in Bezug auf Selbstakzeptanz und Selbstvertrauen.

Einschlusskriterium

Personen ab 18 Jahren, welche über gute Deutschkenntnisse verfügen.

Allgemeine Informationen zur Studie

Um festzustellen, ob der Chatbot *SelfGrowth* eine Steigerung des wahrgenommenen Selbstwertes bewirkt, wird den Teilnehmenden des Programms Psychoedukation zum Thema Selbstwert vermittelt. Zudem werden sie, mittels eines regelbasierten Chatbots angeregt, Übungen zur Selbstwertstärkung durchzuführen.

Ablauf

Als Teilnehmer / Teilnehmerin lädst du dir die App *SelfGrowth* auf dein Mobiltelefon. Der Chatbot führt dich mit Nachrichten durch das Programm. Nach dem Lesen der Studieninformation erfolgt eine elektronische Bestätigung der Einverständniserklärung und das Beantworten einiger Fragen. Danach beginnt nahtlos die erste Session. Du kannst wahlweise alle 2, 3 oder 4 Tage eine Session mit *SelfGrowth* durchführen. Insgesamt sollen 7 Sessions bearbeitet werden. Zudem stehen dir Videos mit Übungen zur Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit und verschiedene Arbeitsblätter zur Vertiefung oder Aufarbeitung des Gelernten zur Verfügung. Das Bearbeiten einer Session beansprucht ca. 15 Minuten.

Nach spätestens 35 Tagen ist das Coaching zu Ende. In der letzten Session wirst du gebeten nochmals einige Fragen zu beantworten, um die Effekte des Coachings zu überprüfen.

Nutzen/Risiken

Du erhältst ein kostenloses Coaching und Informationen zum Thema Selbstwert. Theoretisch und auf der Basis bisheriger Forschung muss nicht mit Risiken gerechnet werden.

Rechte

Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig und kann jederzeit ohne Angabe von Gründen abgebrochen werden.

Ergebnisse

Die Ergebnisse und Daten dieser Studie werden in einer Masterarbeit an der ZHAW (Departement P) und gegebenenfalls als wissenschaftliche Publikation veröffentlicht, wobei lediglich statistische Kennwerte berichtet werden. Dies geschieht in anonymisierter Form, das heisst, ohne dass die Daten einer spezifischen Person zugeordnet werden können. Bei Interesse an den Studienergebnissen, kannst du eine E-Mail mit deiner Anfrage an folgende Mailadresse senden: mackjul@students.zhaw.ch.

Du wirst dann nach Abschluss der Untersuchung über die Ergebnisse informiert.

Vertraulichkeit von Daten

Für dieses Projekt werden Daten zu Deiner Person und Deinem wahrgenommenen Selbstwert bearbeitet. Wir bearbeiten Deine personenbezogenen Daten (IP, E-Mail-Adresse, sowie die durch Deine Teilnahme am Projekt über Dich gewonnenen Informationen) im Einklang mit den Bestimmungen des Gesetzes über die Information und den Datenschutz des Kantons Zürich (IDG), des Schweizerischen Bundesgesetzes über den Datenschutz (DSG) sowie der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO), jeweils insofern die entsprechenden Regelungen anwendbar sind.

Die ZHAW ist verantwortlich für die Datenbearbeitung. Deine personenbezogenen Daten werden nur zum vorstehend umschriebenen Zweck und auf Grundlage Deiner freiwillig erteilten Einwilligung bearbeitet. Vorbehalten bleibt eine Datenbearbeitung zu einem nicht personenbezogenen Zweck, unter Einhaltung der anwendbaren gesetzlichen Bestimmungen.

Du kannst Deine Einwilligung jederzeit widerrufen (Kontakt siehe vorstehend: Zuständigkeit und Kontakt ZHAW). Ab Eingang der Widerrufserklärung werden Deine personenbezogenen Daten nicht weiterbearbeitet. Vorbehalten bleiben die Bearbeitung anonymisierter Daten sowie allfällige gesetzliche Aufbewahrungspflichten. Der Widerruf der Einwilligung beeinflusst nicht die Rechtmässigkeit der bis zum Widerruf bearbeiteten Daten.

Alle deine Daten werden in den Datenbanken von MoblieCoach gespeichert, die (1) von der ZHAW Zürich, Schweiz, gehostet werden und (2) nur für die Mitglieder des Studienteams zugängliche sind. Jeder Studienteilnehmer wird durch eine eindeutige, von MobileCoach vergebene ID identifiziert. Über diese Teilnehmer-ID können keine Rückschlüsse auf deine Person gezogen werden. Dein vollständiger Name wird nicht erhoben, lediglich Deine E-Mail-Adresse wird für den Fall von technischen Problemen und zur Kontaktaufnahme für die Nachbefragung oder die Information über einen eventuellen Gewinn erhoben. Zusätzlich kannst Du einen selbstgewählten Nickname eingeben, den der Chatbot für die Konversation mit Dir verwenden kann.

Deine persönlichen Daten werden vertraulich behandelt und unter Einhaltung des Datenschutzes zur Auswertung anonymisiert. Die Daten können also nicht mehr auf einzelne Teilnehmende zurückgeführt werden. Nur an der Studie direkt beteiligte Personen haben Einsicht in die Rohdaten und sind zudem der Geheimhaltung verpflichtet. Für weitere Auswertungen dürfen die anonymisierten Daten auch nach der Studie weiterverwendet und publiziert werden. Die Daten verbleiben zur gesetzlichen Aufbewahrungspflicht auf sicheren Servern an der ZHAW in der Schweiz.

Die E-Mail-Adressen, welche entweder der Kontaktaufnahme für die Nachbefragung und bei technischen Schwierigkeiten oder der Information über einen eventuellen Gewinn dienen, werden unabhängig von den anderen erhobenen Studiendaten gespeichert. Die Löschung erfolgt, sobald die Einladung zur Nachbefragung zugesandt wurde bzw. die Gewinnauslosung erfolgte.

Die Forschungsergebnisse werden stets in anonymisierter Form (ohne mögliche Rückschlüsse auf Deine Person) veröffentlicht. Deine anonymisierten Daten können von der ZHAW zudem für andere Forschungsprojekte weiterverwendet werden und / oder Dritten für noch nicht näher definierte Untersuchungen

(insbesondere via Datenbanken bzw. Daten-Ablagesystem / Repository) zur Verfügung gestellt werden und von diesen verwendet werden.

Beachte bitte, dass Dir je nach anwendbarer Rechtsgrundlage unterschiedliche Rechte zustehen. Bitte kontaktiere uns, wenn Du Deine Rechte ausüben möchtest (Kontakt siehe vorstehend: Zuständigkeit und Kontakt ZHAW).

Sofern das IDG anwendbar ist, hast Du das Recht auf Zugang zu Deinen eigenen Personendaten, auf Berichtigung oder Vernichtung unrichtiger Personendaten, auf Unterlassung des Widerrechtlichen Bearbeitens Deiner Personendaten, auf Beseitigung der Folgen des widerrechtlichen Bearbeitens, auf Feststellung der Widerrechtlichkeit der Bearbeitung und auf Sperrung.

Sofern das DSG anwendbar ist, hast Du das Recht auf Auskunft über Deine personenbezogenen Daten sowie auf Berichtigung, Sperrung und Löschung Deiner personenbezogenen Daten.

Sofern das DSGVO anwendbar ist, hast Du das Recht auf Auskunft nach Artikel 15 DSGVO, das Recht auf Berichtigung nach Artikel 26 DSGVO, das Recht auf Löschung nach Artikel 17 DSGVO, das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung nach Artikel 18 DSGVO, das Recht auf Widerspruch nach Artikel 21 DSGVO sowie das Recht auf Datenübertragbarkeit nach Artikel 20 DSGVO. Darüber hinaus besteht ein Beschwerderecht bei einer zuständigen Datenschutzaufsichtsbehörde (Artikel 77 DSGVO).

Für weitere Informationen und Fragen zum Datenschutz wende Dich bitte an:

ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften
Gertrudstrasse 15
8401 Winterthur
Telefon: +41(0)58 934 71 71
E-Mail: datenschutz@zhaw.ch

Entschädigung

Du hast die Möglichkeit an einer Verlosung teilzunehmen und kannst einen Gutschein Deiner Wahl im Wert von 150 CHF gewinnen. Studierende des Departement P können zwischen der Anrechnung von 2,5 Versuchspersonenstunden und der Teilnahme an der Verlosung wählen.

Unterstützung

SelfGrowth wurde in Zusammenarbeit mit dem ZHAW Departement Angewandte Psychologie entwickelt.

Kontaktpersonen

Bei Fragen, Unsicherheiten oder Anregungen kannst du dich an folgende Kontaktperson wenden:

Studiendurchführung:

Julia Mack Studentin MSc ZHAW in angewandter Psychologie

mackjul@students.zhaw.ch

Studienleitung:

Sandra Ulrich, MSc ZHAW in angewandter Psychologie, Fachgruppe Diagnostik und Beratung, Psychologisches Institut, ZHAW

sandra.ulrich@zhaw.ch