

Informationsschrift

ProkrastiNet: Prokrastination und ihre Einflussfaktoren im Alltag

Sehr geehrte Studieninteressierte,

vielen Dank für Ihr Interesse an unserer Studie!

Gerne möchten wir Sie mit diesem Schreiben über die Online-Vorbefragung und Smartphone-Erhebung der Studie *"ProkrastiNet: Prokrastination und ihre Einflussfaktoren im Alltag"* informieren und Sie zur Teilnahme einladen.

Bitte lesen Sie sich die folgenden Informationen sorgfältig durch und lassen Sie sich dabei ausreichend Zeit. Sie können dann entscheiden, ob Sie teilnehmen möchten oder nicht. Wenn Sie Fragen zu der Studie haben, können Sie uns unter den unten genannten Kontaktdaten per E-Mail erreichen. Die Studie wird von der Forschungsstelle für Psychotherapie am Universitätsklinikum Heidelberg durchgeführt.

Hintergrund und Ziele der Studie

Prokrastination bezeichnet das freiwillige Aufschieben von Aufgaben und Entscheidungen, selbst wenn man diese eigentlich erledigen möchte oder sollte. Im Alltag kann Prokrastination in vielen Lebensbereichen auftreten und oft mit unangenehmen Gedanken, Gefühlen und Konsequenzen verbunden sein. Prokrastination kann auch außerhalb von spezifischen Situationen und Aufgaben, die z.B. im Rahmen von Schule, Studium oder Arbeit bestehen, das alltägliche Leben beeinflussen.

Wir interessieren uns in dieser Studie dafür, welche Faktoren dazu führen, dass Menschen ihre Aufgaben aufschieben und wie diese Prozesse im Alltag ablaufen. Ihre Teilnahme an dieser Studie hilft uns, ein tieferes Verständnis für diese Zusammenhänge zu entwickeln und Ansätze zu finden, Menschen, die ihre Prokrastination reduzieren möchte, dabei zu unterstützen, ihre Aufgaben motivierter und effektiver anzugehen.

Wer kann an der Studie teilnehmen?

Die Studie richtet sich an alle Personen ab 18 Jahren, die ausreichende Deutschkenntnisse haben und ein Smartphone mit Internetzugang besitzen.

Wie läuft die Studie ab?

Die Erhebung der Studie umfasst zwei Teile: eine Online-Vorbefragung und eine anschließende 10-tägige Smartphone-Erhebung.

In der Vorbefragung werden neben soziodemografischen Daten, Ihr Umgang mit Gefühlen, Ihr generelles Prokrastinationsverhalten sowie Ihr Wohlbefinden erfasst. Das Ausfüllen der Vorbefragung nimmt etwa 10 - 15 Minuten in Anspruch. Auf der letzten Seite der Vorbefragung werden Sie dazu eingeladen, sich mit Ihrer Handynummer für die Smartphone-Erhebung zu registrieren.

Falls Sie sich zur Smartphone-Erhebung registrieren, startet sie am darauffolgenden Tag. Sie werden nun 10 Tage lang 7-Mal täglich (zwischen 8 und 22 Uhr) per SMS dazu aufgefordert, einen kurzen Fragebogen zu Ihrem aktuellen Befinden und Ihrem Prokrastinationsverhalten zu beantworten. Hierzu klicken Sie einfach auf den Link in der SMS. Die Bearbeitung dauert ca. 3-5 min.

Nach dieser Smartphone-Erhebungsphase ist die Studienteilnahme beendet. Selbstverständlich können Sie die Studienteilnahme auch jederzeit ohne Angabe von Gründen abbrechen, ohne dass Ihnen dadurch Nachteile entstehen.

Nutzen und Risiken der Teilnahme

Mit Ihrer Teilnahme leisten Sie einen wichtigen Beitrag dazu, die komplexen Zusammenhänge von Prokrastination mit anderen Variablen besser zu verstehen und daraus Bezüge für die Praxis abzuleiten.

Bis zum Erreichen der angestrebten Stichprobengröße (N = 100) erhalten Sie bei regelmäßiger Beantwortung der Smartphone-Erhebungen (mindestens 80% ausgefüllte Befragungen) als Aufwandsentschädigung einen 15€ Thalia-Gutschein. Dies gilt für alle Teilnehmenden, bis die Studie unser Rekrutierungsziel von 100 Personen erreicht hat. Die Teilnahme an der Studie ist nach derzeitigem Wissensstand mit keinen Risiken oder unerwünschten Wirkungen für Ihre Gesundheit verbunden. Es wurden technische und organisatorische Vorkehrungen getroffen (z.B.

verschlüsselte Übertragung und Speicherung der Daten), die die Vertraulichkeit aller Angaben nach dem gegenwärtigen Stand der Technik gewährleisten.

Informationen zum Datenschutz

Die datenschutzrechtlichen Bestimmungen werden eingehalten. Während der Studie werden persönliche Informationen erhoben und elektronisch gespeichert. Es werden personenbezogene Daten (E-Mail-Adresse, Handynummer) erfragt. Die für die Studie wichtigen Daten werden in pseudonymisierter¹ Form erhoben, gespeichert und ausgewertet. Nach Abschluss der Studie und Versand der Gutscheine werden die personenbezogenen Daten gelöscht und alle erhobenen Daten damit anonymisiert². Eine Weitergabe der Daten an Dritte (d.h. Forschungseinrichtungen an Universitäten oder Kliniken) erfolgt ggf. nur in anonymisierter Form. Dritte erhalten keinen Einblick in die personenbezogenen Originaldaten.

Die Studienleitung wird alle angemessenen Schritte unternehmen, um den Schutz Ihrer Daten gemäß den Datenschutzstandards der Europäischen Union zu gewährleisten. Die Daten werden auf Servern der Forschungsstelle für Psychotherapie gespeichert und aufbewahrt, und sind gegen unbefugten Zugriff gesichert. Eine Entschlüsselung erfolgt nur bei Rücktritt von der Studie zum Zwecke der Datenvernichtung. Die personenbezogenen Daten (E-Mail-Adresse, Handynummer) werden gelöscht, sobald die Datenerhebung abgeschlossen ist und Gutscheine zur Aufwandsentschädigung versendet wurden. Die während der Studie erhobenen Daten werden nach Studienabschluss für einen Zeitraum von zehn Jahren aufbewahrt. Die Daten werden ausschließlich zu Zwecken dieser Studie verwendet.

Sie haben das Recht, vom Verantwortlichen (s.u.) Auskunft über die von Ihnen gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen. Ebenfalls können Sie die Berichtigung unzutreffender Daten sowie die Löschung der Daten oder Einschränkung deren Verarbeitung verlangen. Sollten die Daten schon in wissenschaftliche Auswertungen eingeflossen oder anonymisiert sein, ist eine Löschung nicht mehr möglich.

Die Angabe der E-Mail-Adresse und Handynummer ist freiwillig. Wenn Sie keine E-Mail-Adresse angeben, können wir Ihnen keine Aufwandsentschädigung zusenden und Ihre Daten nicht nachträglich löschen, da diese Ihnen dann nicht mehr zuordbar sind.

Die Verantwortliche für die studienbedingte Erhebung personenbezogener Daten ist:

Prof. Dr. Stephanie Bauer
Universitätsklinikum Heidelberg
Forschungsstelle für Psychotherapie
Bergheimer Str. 54, 69115 Heidelberg
Tel. 06221-56 38170
Stephanie.Bauer@med.uni-heidelberg.de

Bei Anliegen zur Datenverarbeitung und zur Einhaltung der datenschutzrechtlichen Anforderungen können Sie sich an folgenden Datenschutzbeauftragten der Einrichtung wenden:

Universitätsklinikum Heidelberg
Datenschutzbeauftragter
Im Neuenheimer Feld 672
69121 Heidelberg
Datenschutz@med.uni-heidelberg.de

Im Falle einer rechtswidrigen Datenverarbeitung haben Sie das Recht, sich bei folgender Aufsichtsbehörde zu beschweren:

Der Landesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit Baden-Württemberg
Postfach 10 29 32, 70025 Stuttgart
Lautenschlagerstraße 20, 70173 Stuttgart
Tel.: 0711/61 55 41 – 0

¹ „Pseudonymisierung“ ist die Verarbeitung personenbezogener Daten in einer Weise, dass die personenbezogenen Daten ohne Hinzuziehung zusätzlicher Informationen („Schlüssel“) nicht mehr einer spezifischen betroffenen Person zugeordnet werden können. Diese zusätzlichen Informationen werden dabei in einer gesonderten Datenbank auf den Servern der Forschungsstelle für Psychotherapie aufbewahrt und unterliegen technischen und organisatorischen Maßnahmen, die gewährleisten, dass die personenbezogenen Daten nicht einer identifizierten oder identifizierbaren natürlichen Person zugewiesen werden. Nach Abschluss der Studie werden alle personenbezogenen Daten, sowie der Schlüssel gelöscht.

² „Anonymisierung“ ist das Verändern personenbezogener Daten in der Weise, dass die betroffene Person nicht mehr oder nur mit einem unverhältnismäßig großen Kosten- oder Zeitaufwand identifiziert werden kann.

Fax: 0711/61 55 41 – 15
E-Mail: poststelle@lfdi.bwl.de
Internet: <http://www.baden-wuerttemberg.datenschutz.de>

Freiwilligkeit und Rücktritt von der Studie

Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig. Falls Sie an der Studie teilnehmen möchten, bitten wir Sie, Ihre Zustimmung auf der online abgefragten Einwilligungserklärung zu bestätigen. Sie können Ihre Teilnahme jederzeit abbrechen und diese Einwilligung jederzeit schriftlich oder mündlich ohne Angabe von Gründen widerrufen, ohne dass Ihnen dadurch Nachteile entstehen. Die Aufwandsentschädigung wird unabhängig von einem Abbruch bei Beantwortung von 80% der täglichen Befragungen (siehe unten) erteilt, bis die Studie ihr Rekrutierungsziel von 100 Personen erreicht hat.

Bei einem Widerruf können Sie entscheiden, ob die von Ihnen studienbedingt erhobenen Daten gelöscht werden sollen oder weiterhin für die Zwecke der Studie verwendet werden dürfen. Auch wenn Sie einer weiteren Verwendung zunächst zustimmen, können Sie nachträglich Ihre Meinung noch ändern und die Löschung der Daten verlangen, wenden Sie sich dafür bitte ebenfalls an die Studienleitung. Beachten Sie, dass Daten, die bereits in die wissenschaftliche Auswertung eingeflossen sind oder Daten, die bereits anonymisiert wurden, nicht mehr auf Ihren Wunsch gelöscht werden können.

Entstehen mir durch die Teilnahme Kosten?

Die Studienteilnahme ist für Sie kostenlos.

Erhalte ich eine Aufwandsentschädigung?

Bis zum Erreichen der angestrebten Stichprobengröße ($N = 100$) erhalten Sie für Ihre Teilnahme an der Studie eine Aufwandsentschädigung, die sich nach dem Umfang Ihrer Teilnahme richtet: Wenn Sie an der Vorbefragung und an der Smartphone-Erhebung teilnehmen und dabei mindestens 80% der smartphonebasierten Befragungen ausfüllen, erhalten Sie einen Thalia-Gutschein über 15 €. Zum Versand des Gutscheines werden Sie in der Vorbefragung um die Angabe einer gültigen E-Mail-Adresse gebeten. Die Gutscheine werden versendet, sobald die Datenerhebung für die Studie abgeschlossen ist. Sobald die Gutscheine versendet wurden, werden Ihre E-Mailadresse und Handynummer gelöscht.

Weitere Informationen

Bitte kontaktieren Sie uns, wenn Sie weitere Fragen zur Studie haben. Gerne stellen wir Ihnen die Studie auch telefonisch vor und beantworten Ihre Fragen. Für weitere Informationen sowie für Auskünfte über allgemeine Ergebnisse und den Ausgang der Studie wenden Sie sich bitte an:

Sneha Sridhar (Masterandin der Studie)

sneha.sridhar@stud.uni-heidelberg.de

Wir würden uns freuen, wenn Sie an unserer Studie teilnehmen!

Mit freundlichen Grüßen
Ihre Studienleitung



Prof. Dr. Stephanie Bauer