

Zustimmung zur Studie

Ethische Grundsätze

Die Teilnahme Ihrer Tochter/Ihres Sohnes erfolgt auf freiwilliger Basis und kann jederzeit ohne Angabe von Gründen abgebrochen werden. Die Erhebung erfolgt natürlich anonymisiert und ihre/seine Antworten werden streng vertraulich behandelt. Alle Mitarbeitenden in diesem Projekt unterstehen der Schweigepflicht.

Auch die Erfassung der Bewegungsdaten erfolgt nach streng ethischen Richtlinien und erlaubt keine Rückschlüsse auf den Aufenthaltsort. Alle Daten die erhoben werden, werden nicht an die Schule, Arbeitgeber oder Eltern weitergegeben.

Wenn Ihr Kind 14 oder 15 Jahre alt ist, bedarf es nach aktuellem Schweizer Recht eine Zustimmung Ihrerseits. Ihrem Kind wird von unserer Seite einer Einverständniserklärung ausgehändigt, die Sie bei Interesse an einer Teilnahme unterschreiben müssten.

Jugendliche ab 16 Jahre dürfen selbstständig entscheiden, ob sie an der Studie teilnehmen möchte. Wir freuen uns aber natürlich sehr, wenn Sie unser Vorhaben unterstützen.

► Die Studie wird von der Ethikkommission der Universität Zürich, Philosophische Fakultät als unbedenklich eingestuft.



Weitere Fragen?

Sollten Sie trotz dieser Informationen Fragen zur Studie, zur Teilnahme Ihres Kindes oder anderer Art haben, stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung.

Zögern Sie nicht uns zu kontaktieren.

twogether
VOM SPORTZERO ZUM SPORThERO

Kontakt

Wissenschaftliche Leitung
Prof. Dr. Theda Radtke
MSc. Konstantin Schenkel

T. (+41) 44 635 72 14
E-Mail: konstantin.schenkel@uzh.ch

Universität Zürich
Psychologisches Institut
Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie
Binzmühlestrasse 14, Box 14, 8050 Zürich
<http://www.psychologie.uzh.ch/de/fachrichtungen/angsoz.html>



twogether
VOM SPORTZERO ZUM SPORThERO

Elterninformation
zur Studie für
mehr sportliche
Aktivität von
Jugendlichen

2017-2020



Universität
Zürich

Leitung Projekt
Prof. Dr. Theda Radtke, Konstantin Schenkel
Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie
two.gether@uzh.ch
<https://twogetherstudy.jimdo.com/>

Hintergrund

Die Forschungsgruppe Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie des Psychologischen Instituts der Universität Zürich führt unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Theda Radtke und Konstantin Schenkel eine Interventionsstudie zur Steigerung der sportlichen Aktivität bei Jugendlichen durch. Diese wird vom Schweizerischen Nationalfonds unterstützt. Da wir in der Schule/Ausbildungsstätte oder im Umfeld Ihrer Tochter/Ihres Sohnes für unsere Studie werben, möchten wir auch Ihnen gerne weitere Informationen zur Studie und zur Teilnahme zukommen lassen.

Hintergrund sportliche Aktivität

Der Mangel an sportlicher Aktivität ist einer der Hauptrisikofaktoren für Krankheiten wie z.B. Herzinfarkt, einige Krebsarten oder Depressionen. Zudem hilft sportliche Aktivität das Körpergewicht zu regulieren. Trotzdem bewegt sich die Mehrheit der Schweizer Jugendlichen weniger als eine Stunde pro Tag, obwohl dies empfohlen ist. Aus diesem Grund und aufgrund der Zunahme vor allem sitzender Tätigkeiten (z.B. Arbeiten am PC) sind Massnahmen notwendig, die Jugendliche motivieren mehr sportlich aktiv zu sein.

Wie gelingt eine Aktivitätssteigerung?

Wie sich in der Forschung gezeigt hat, spielen Gleichaltrige im Gegensatz zu den Eltern im Jugendalter eine immer wichtigere Rolle bei verschiedenen Verhaltensweisen wie zum Beispiel Sport, Alkoholkonsum oder Ernährung. Allerdings ist bislang unklar, ob dieser Einfluss gut oder schlecht für eine Steigerung sportlicher Aktivität ist. Aus diesem Grund, ist das Ziel unserer Studie zu untersuchen, welchen Einfluss enge Freunde/Freundinnen auf die sportliche Aktivität eines Jugendlichen haben. Zudem soll die Studie dazu beitragen, die sportliche Aktivität Ihres Kindes zu steigern.

Ablauf der Studie

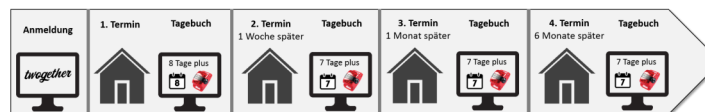
Geplant ist, Jugendliche und einen ihrer engen Freunde/Freundinnen über eine Gesamtdauer von vier Wochen (verteilt über sechs Monate) zu befragen. Zeitgleich wird die Bewegung mittels sogenannter Akzelerometer (Bewegungsmesser) erhoben. Die Studie besteht aus vier Phasen:

1. Phase: Nach dem sich Ihr Kind für die Studie angemeldet hat, bekommt Ihr Kind zusammen mit seinem Freund/seiner Freundin eine kleine Einführung in die Studie und einen Fragebogen zum Ausfüllen (Dauer: ca. 60 Minuten, Ort: vermutlich Schulhaus). In den folgenden 8 Tagen tragen beide Jugendliche einen der zur Zeit besten Bewegungsmesser (Akzelerometer). Zusätzlich füllen sie ein 10-minütiges Tagebuch am Abend aus, welches per E-Mail verschickt wird.

2. Phase: Kurz nach Termin 1 findet Termin 2 statt, an dem weitere Informationen, Hilfestellungen und Tipps zur Steigerung sportlicher Aktivität präsentiert werden. Danach tragen beide Jugendlichen für 7 Tage den Bewegungsmesser und füllen das kurze Tagebuch aus.

3. Phase: Einen Monat nach dem 2. Termin findet Termin 3 statt, um zu schauen, wie sportlich aktiv die Jugendlichen in den letzten Wochen waren. Danach tragen sie wieder den Bewegungsmesser für 7 Tage und füllen das kurze Tagebuch aus.

4. Phase: 5 Monate nach dem 3. Termin werden die Jugendlichen zu einem letzten Termin eingeladen, um zu schauen, wie sportlich aktiv sie auch nach längerer Zeit noch sind. Danach tragen sie den Bewegungsmesser erneut für 7 Tage und füllen wieder das kurze Tagebuch aus.



Teilnahmebedingungen

Unsere Zielgruppe besteht aus Jugendlichen,

1. im Alter von 14 bis 18 Jahren,
2. die weniger als eine Stunde pro Tag sportlich aktiv sind,
3. über einen Internetzugang (per Smartphone oder Zuhause) verfügen,
4. mehr Sport treiben möchten,
5. und zusammen mit einem engen Freund/einer engen Freundin mitmachen.
6. Bedingung ist, dass der enge Freund/die enge Freundin gleichen Geschlechts ist und keine romantische, sondern eine freundschaftliche Beziehung zwischen beiden Freunden/Freundinnen besteht.
7. Ihre Tochter/ Ihr Sohn darf bei keiner anderen Sportstudie teilnehmen.



Dankeschön

Bei vollständiger Teilnahme an der Studie erhalten Ihre Tochter/Ihr Sohn und ihre Freundin/sein Freund zusammen 250 CHF. Beide nehmen ausserdem automatisch an einer Verlosung von Gewinnen im Gesamtwert von ca. 2000 CHF teil (z.B. Gutschein Europapark).