



PEAK-Studie: Positive Emotionen im Alltag kennenlernen

Studienteilnehmer*in werden und Online-Training kostenlos nutzen

Sie erleben aktuell depressive Symptome und möchten mehr darüber erfahren, wie Sie mit Ihren positiven Gefühlen im Alltag umgehen?

Dann melden Sie sich für unsere Studie an und beobachten Sie mithilfe des **Positive Emotionen im Alltag kennenlernen (PEAK)**-Tagebuchs Ihr emotionales Erleben und den Umgang mit Gefühlen im Alltag.



Mehr Informationen finden Sie unter diesem Link:

<https://www.soscisurvey.de/positive-emotion-beliefs/>

Welche Vorteile hat die Studienteilnahme?

- kostenfreier Zugang zu dem internetbasierten **Heidelberger Training zur Emotions-Regulation (HeiTER-App)** im Anschluss an die Studienteilnahme
- individueller **Emotionsregulationsbericht**
- bis zu **20 Euro** als Vergütung
- Teilnahme an einer **Verlosung von Gutscheinen** im Wert von 200 Euro (1 x 100 Euro, 2 x 50 Euro) unter allen Teilnehmenden
- Psychologiestudierende erhalten **zwischen 1 und 6 VPN-Stunden** durch die Teilnahme an verschiedenen Teilprojekten

Voraussetzungen zur Teilnahme

- Sie sind zwischen 18 und 65 Jahren alt?
- Sie verfügen über ausreichende Deutschkenntnisse und ein Smartphone mit Internet-Zugang?
- Sie erleben aktuell depressive Symptome (z.B. Antriebslosigkeit, Niedergeschlagenheit, Interessenverlust etc.)?
- Sie sind bereit, ein **Onlineinterview** mit uns durchzuführen, in dem verschiedene Bereiche Ihres Wohlbefindens erfragt werden (z.B. Stimmung, depressive Symptome), und neben **zwei längeren Online-Fragebögen** über 4 Wochen hinweg 2-4 mal täglich **kurze SMS-Befragungen** zu beantworten

Dann nehmen Sie jetzt an unserer Studie teil!

Hier geht es zur Studie!



Teilnehmer*innen
gesucht!

Fragen? peak@psychologie.uni-heidelberg.de