

Masterarbeiten am Arbeitsbereich Gesundheitspsychologie

Stand: 06.05.2024

Vorbemerkungen

Masterarbeiten werden üblicherweise über empirische (quantitative und/ oder qualitative) Studien verfasst; Literaturarbeiten sind nur in Ausnahmefällen möglich. Die Studierenden sind in die Studienplanung und Datenerhebung ihres Projekts eingebunden und nehmen die Datenauswertung und Verschriftlichung der Arbeit selbstständig vor. Die Masterarbeit kann auf Deutsch oder Englisch verfasst werden. Begleitend zur Masterarbeit besuchen die Studierenden das Masterarbeitsseminar der Arbeitsgruppe.

Da viele Projekte eine gewisse Vorlaufzeit, z.B. zur Stellung des Ethikantrags, erfordern, wird empfohlen, sich spätestens 1 Jahr vor dem geplanten Abschluss der Arbeit mit dem/ der Betreuer:in in Verbindung zu setzen.

Bewerbung

Möglichkeit A: Bearbeitung eines vorgegebenen Themas (empfohlen)

Bewerbungen auf die Themen sind jederzeit möglich. Die Themen werden an diejenigen Studierenden vergeben, die

- den Masterschwerpunkt Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie belegen und
- ihr Interesse und relevante Vorkenntnisse schriftlich und in einem kurzen Gespräch nachvollziehbar darlegen.

Um sich auf ein Thema zu bewerben schicken Sie eine Email mit den folgenden Unterlagen an gesundheit.psychlogie@univie.ac.at:

- Ausgefülltes Bewerbungsformular, siehe Webseite
- Kurzes Motivationsschreiben (1 Seite)
- Sammelzeugnis

Die Themenliste wird regelmäßig aktualisiert. Bei Rückfragen schreiben Sie bitte eine Email an gesundheit.psychologie@univie.ac.at.

Möglichkeit B: Bearbeitung eines selbst gewählten Themas

In Ausnahmefällen besteht die Möglichkeit, ein eigenes Thema zur Bearbeitung vorschlagen. Bitte beachten Sie, dass wir nur Themen betreuen können, die einen engen Zusammenhang mit den Forschungsinteressen der Arbeitsgruppe aufweisen. Wenn Sie ein eigenes Thema vorschlagen möchten, schicken Sie eine Email mit den folgenden Unterlagen an gesundheit.psychologie@univie.ac.at:

- Ausgefülltes Bewerbungsformular, siehe Webseite
- Kurzes Motivationsschreiben (1 Seite)
- Sammelzeugnis
- Exposé der Arbeit inkl. theoretischem Hintergrund, Methodik, Datenauswertungsplan und Literaturverzeichnis (5-10 Seiten).

Möglichkeit C: Fortführung eines Projekts aus dem TEWA (nur für Studierende im TEWA des Arbeitsbereichs)

Für Studierende des TEWA besteht außerdem die Möglichkeit, die begonnenen Projekte im Rahmen von Masterarbeiten weiterzuführen. Bitte schreiben Sie bei Interesse eine Email an gesundheit.psychologie@univie.ac.at mit den folgenden Unterlagen:

- Ausgefülltes Bewerbungsformular, siehe Webseite
- Kurzes Motivationsschreiben (1 Seite) inkl. Darlegung, welche auf dem TEWA-Projekt aufbauende Forschungsfrage Sie untersuchen möchten.
- Sammelzeugnis

Aktuell ausgeschriebene Themen – Themenbereich digitale Gesundheitsförderung

Gamifizierung in digitalen Lifestyle-Interventionen: Eine Bestandsaufnahme kommerzieller Produkte im deutschsprachigen Raum

Gamifizierung von Gesundheitsapps ist besonders in kommerziellen Produkten verbreitet. Dabei werden bspw. Punkte vergeben oder Rankings der Nutzer:inenn erstellt, um die Nutzungsdauer der Intervention zu verlängern. Diese Arbeit soll häufig genutzte digitale Lifestyle-Interventionen im deutschsprachigen Raum analysieren, um die genutzten Spielelemente zu identifizieren und zu kategorisieren, um eine Grundlage für weitere empirische Untersuchungen zur Effektivität von Gamifizierung in Gesundheitsapps zu schaffen.

Methode: Onlinebefragung einer repräsentativen Stichprobe (Auswertung eines bereits vorhandenen Datensatzes)

Anzahl Studierende: 1

Startzeitpunkt: Oktober 2024 oder später

Betreuung durch: Prof. Dr. Laura M. König

Einführende Literatur:

König, L. M., Attig, C., Franke, T., & Renner, B. (2021). Barriers to and facilitators for using nutrition apps: systematic review and conceptual framework. *JMIR mHealth and uHealth*, 9(6), e20037.

Schwarz, A. F., Huertas-Delgado, F. J., Cardon, G., & DeSmet, A. (2020). Design features associated with user engagement in digital games for healthy lifestyle promotion in youth: a systematic review of qualitative and quantitative studies. *Games for Health Journal*, 9(3), 150-163.

Tracking der Ernährung als wirksame Verhaltensänderungstechnik: Auswirkung auf psychologische Determinanten des Ernährungsverhaltens

Die regelmäßige Selbstbeobachtung (engl. Self-Monitoring) von Gesundheitsverhaltensweisen wie der Ernährung oder der körperlichen Aktivität wird in empirischen Studien wiederholt mit einer Gewichtsabnahme in Verbindung gebracht und gilt deswegen als eine bewährte Methode zur Gesundheitsförderung. Bisherige Studien beschränken sich hinsichtlich abhängiger Variablen in der Regel auf das Gewicht oder die aufgezeichneten Verhaltensweisen. Informationen dazu, wie sich diese Verhaltensänderung auf theoriebasierte psychologische Determinanten von Gesundheitsverhalten wie der Selbstwirksamkeit auswirkt, liegen nicht vor. Diese Studie schließt diese Forschungslücke und untersucht, inwiefern sich das regelmäßige Aufzeichnen der eigenen Ernährung auf psychologische

Determinanten des Essverhaltens (wahrgenommene Fähigkeiten, das eigene Essverhalten zielgerichtet zu verändern; Selbstwirksamkeit) auswirkt.

Methode: Digitale Interventionsstudie mit prä-post-Befragung

Anzahl Studierende: 1

Startzeitpunkt: Oktober 2024

Betreuung durch: Prof. Dr. Laura M. König

Einführende Literatur:

Arroyo, K. M., Carpenter, C. A., Krukowski, R. A., & Ross, K. M. (2024). Identification of minimum thresholds for dietary self-monitoring to promote weight-loss maintenance. *Obesity*, 32(4), 655-659.

Burke, L. E., Wang, J., & Sevick, M. A. (2011). Self-monitoring in weight loss: a systematic review of the literature. *Journal of the American Dietetic Association*, 111(1), 92-102.

Aktuell ausgeschriebene Themen – Themenbereich Gesundheitsverhaltensforschung

Menstrual cycle symptoms and physical activity engagement

Despite women being on average 8% more physically inactive than men and severe obesity affecting women at a greater extent, sex and gender differences in health have been grossly overlooked by research. Specifically, little attention has been given to physiological occurrences specific to the female body. The menstrual cycle is the cyclical growth and decline of the endometrium and it is regulated by fluctuations in ovarian hormones, namely estradiol and progesterone. Prado et al. (2021) elucidated how some cycle-dependent fluctuations in hormones may influence cognitive mechanisms (e.g., stress sensibility, negative emotional memory). These, in turn, impact the emotional valence experienced during exercise (e.g., pleasant / unpleasant feelings, pain), and ultimately motivation to exercise. However, only few studies have been investigating the role of the menstrual cycle in influencing PA engagement in non-athletes' population.

Method: Smartphone-based Ecological Momentary Assessment, device-measured menstrual cycle phases

Number of students: 1

Start date: October 2024

Supervised by: Lucia Volpi

Language: Data collection in German or English, supervision in English. The thesis can be written and defended in English or German.

Relevant literature:

Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. (2018). Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. *The Lancet Global Health*, 6(10), e1077–e1086. [https://doi.org/10.1016/s2214-109x\(18\)30357-7](https://doi.org/10.1016/s2214-109x(18)30357-7)

Pereira, H. M., Larson, R. D., & Bembem, D. A. (2020). Menstrual cycle effects on Exercise-Induced fatigability. *Frontiers in Physiology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fphys.2020.00517>

Prado, R. C. R., Silveira, R., Kilpatrick, M. W., Pires, F. O., & Asano, R. Y. (2021). Menstrual cycle, psychological responses, and adherence to physical exercise: Viewpoint of a possible barrier. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.525943>

Ernährung und Wohlbefinden im Kontext stationärer Pflege und Betreuung

Die Nahrungsaufnahme erfüllt nicht nur den Zweck der Nährstoffversorgung, sondern stellt auch eine zentrale Quelle des Wohlbefindens für viele Menschen dar. Trotzdem kommt der Ernährung in stationären Pflege- und Betreuungseinrichtungen oft nur eine untergeordnete Rolle zu. Werden Verbesserungen angestrebt, beziehen diese sich in der Regel auf die Nährstoffversorgung der betreuten Personen, aber nicht auf die psychologischen Implikationen der Nahrungsaufnahme. In Kooperation mit einer stationären Pflege- und Betreuungseinrichtung in Wien soll untersucht werden, wie (1) betreute Personen selbst und (2) das betreuende Personal die aktuelle Situation rund um die Nahrungsaufnahme wahrnehmen und welche Veränderungen sie für wünschenswert erachten, um durch die Nahrungsaufnahme nicht nur das körperliche, sondern auch das psychische Wohlbefinden zu steigern.

Methode: Qualitative Interviews/ Fokusgruppen

Anzahl Studierende: 2

Startzeitpunkt: Oktober 2024 oder später

Betreuung durch: Prof. Dr. Laura M. König, PD Dr. Elisabeth Zeilinger

Einführende Literatur:

Block, L. G., Grier, S. A., Childers, T. L., Davis, B., Ebert, J. E., Kumanyika, S., ... & Bieshaar, M. N. G. (2011). From nutrients to nurturance: A conceptual introduction to food well-being. *Journal of Public Policy & Marketing*, 30(1), 5-13.

Wallin, V., Mattsson, E., Omerov, P., & Klarare, A. (2022). Caring for patients with eating deficiencies in palliative care—Registered nurses' experiences: A qualitative study. *Journal of Clinical Nursing*, 31(21-22), 3165-3177.

(Fehl-)Einschätzung des Nährstoffgehalts von Mahlzeiten und habituelles Essverhalten

Während viele Personen ein gutes Verständnis vom allgemeinen Gesundheitswert bestimmter Lebensmittelgruppen haben (z.B. Obst ist eher gesund, Süßwaren sind eher ungesund), fällt die Einschätzung von Nährwerten einzelner Lebensmittel den meisten schwer. Gerade in Kontexten mit unverpacktem Essen (z.B. Buffets) ist dies aber mitunter relevant, da ein gutes Verständnis über Nährwerte gesunde ernährungsbezogene Entscheidungen in solchen Situationen unterstützen könnte. Bislang ist unklar, inwiefern eine mögliche Fehleinschätzung von Nährwerten mit der Gesundheit der ernährungsbezogenen Entscheidungen (d.h. Auswahl von Speisen am Buffet) zusammenhängt. Diese Studie soll diese Forschungslücke im Rahmen eines Laborexperiments adressieren und somit wesentliches Grundwissen schaffen, das hilfreich für die Entwicklung von Interventionen sein könnte (z.B. auf Verbesserung der Einschätzungen von Nährwerten abzielen).

Methode: Experimentelle Laborstudie

Anzahl Studierende: 1

Startzeitpunkt: ab sofort bis spätestens Oktober 2024

Betreuung durch: Dr. Theresa J. S. Koch

Einführende Literatur:

de Ridder, D., Kroese, F., Evers, C., Adriaanse, M., & Gillebaart, M. (2017). Healthy diet: Health impact, prevalence, correlates, and interventions. *Psychology & Health*, 32, 907-941. <https://doi.org/10.1080/08870446.2017.1316849>

König, L. M., Ziesemer, K., & Renner, B. (2019). Quantifying actual and perceived inaccuracy when estimating the sugar, energy content and portion size of foods. *Nutrients*, 11(10), 2425. <https://doi.org/10.3390/nu11102425>

Wansink, B., & Chandon, P. (2006). Meal size, not body size, explains errors in estimating the calorie content of meals. *Annals of Internal Medicine*, 145(5), 326-332. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-145-5-200609050-00005>

Wie werden ernährungsbezogene Intentionen im Alltag gebildet und werden sie in die Tat umgesetzt?

Intentionen stellen eine wichtige Komponente in zahlreichen gesundheitspsychologischen Theorien dar (Sheeran, 2002). So werden sie als ein zentraler, wenn nicht sogar der wichtigste Prädiktor für Verhalten verstanden, d.h. je stärker die Intention, etwas zu tun, desto wahrscheinlich die Umsetzung des entsprechenden Verhaltens. Es zeigt sich jedoch, dass diese Modellannahme nicht immer richtig ist. So beschreibt die sogenannte Intentions-Verhaltens-Lücke (Englisch: „Intention-Behaviour Gap“), dass Personen, obwohl Sie die Intention haben, etwas zu tun, an der Verhaltensumsetzung scheitern können. Basierend auf der Temporal Self-Regulation Theory (Hall & Fong, 2007) untersuchte eine aktuelle Studie (Aulbach et al., 2024) die Beziehung zwischen Intention und Verhalten auf mikrotemporaler Ebene mittels Smartphone-basiertem Ecological Momentary Assessment im Alltag der Studienteilnehmenden (5 Abfragen pro Tag). Es zeigte sich, dass stärkere Intentionen die Wahrscheinlichkeit für unerwünschtes Verhalten (hier: Konsum von Essen, das aktuell versucht wird, zu reduzieren) in den folgenden drei Stunden verringerten, während beispielsweise Craving das Risiko für das unerwünschte Verhalten erhöhte. Aufbauend auf dieser Studie untersucht die geplante Studie nun nicht nur, welche Faktoren das Verhalten bzw. die Beziehung zwischen Intention und Verhalten beeinflussen, sondern auch welche Faktoren einen Einfluss auf die Intentionsbildung selbst haben, z.B. Ist meine Intention, Obst und Gemüse zu mir zu nehmen, geringer, wenn ich erwarte, in den nächsten drei Stunden gestresst zu sein?

Methode: Smartphone-basierte Ecological Momentary Assessment Studie

Anzahl Studierende: 2

Startzeitpunkt: Oktober 2024

Betreuung durch: Dr. Alea Ruf

Einführende Literatur:

Aulbach, M. B., van Alebeek, H., Jones, C. M., & Blechert, J. (2024). Why we don't eat as intended: Moderators of the short-term intention-behaviour relation in food intake. *British Journal of Health Psychology*, n/a(n/a). <https://doi.org/10.1111/bjhp.12714>

Hall, P. A., & Fong, G. T. (2007). Temporal self-regulation theory: A model for individual health behavior. *Health Psychology Review*, 1(1), 6-52. <https://doi.org/10.1080/17437190701492437>

Sheeran, P. (2002). Intention—Behavior Relations: A Conceptual and Empirical Review. *European Review of Social Psychology*, 12(1), 1–36. <https://doi.org/10.1080/14792772143000003>

Aktuell ausgeschriebene Themen – Themenbereich digitale Forschungsmethoden

Influence of menstrual cycle tracking on menstrual cycle-related symptom reporting

Several studies and meta-analyses indicate that the mere measurement of psychological constructs and related health behaviours leads to changes in these experiences and behaviours. This phenomenon is known as measurement reactivity. Most available studies to date focus on physical activity and related psychological experiences. This study seeks to test whether the tracking of menstrual cycle-related symptoms (e.g., pain, discomfort) using a smartphone app and the recording of menstrual cycle-related physiological changes (e.g., body temperature) using a digital sensor alters these experiences in women who do not take hormonal contraceptives.

Method: Smartphone-based Ecological Momentary Assessment, device-measured menstrual cycle phases

Number of students: 1

Start date: October 2024

Supervised by: Lucia Volpi, Laura M. König

Language: Data collection in German or English, supervision in English. The thesis can be written and defended in English or German.

Relevant literature:

Aaron, L. A., Turner, J. A., Mancl, L., Brister, H., & Sawchuk, C. N. (2005). Electronic diary assessment of pain-related variables: is reactivity a problem?. *The Journal of Pain*, 6(2), 107-115.

König, L. M., Allmeta, A., Christlein, N., Van Emmenis, M., & Sutton, S. (2022). A systematic review and meta-analysis of studies of reactivity to digital in-the-moment measurement of health behaviour. *Health Psychology Review*, 16(4), 551-575.

Aktuell ausgeschriebene Themen – Themenbereich Wissenschafts- und Gesundheitskommunikation

Aktuell keine.