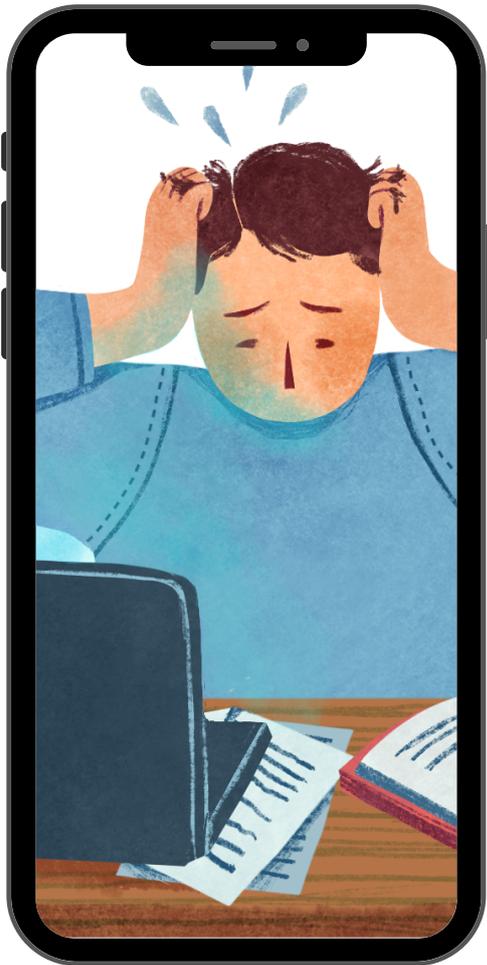


Studienteilnehmer*innen gesucht!



Du fühlst dich gestresst?

Du suchst neue Anstöße für einen besseren Umgang mit Stress?

Dann nimm an unserer Studie teil!

Ziel der Studie ist die Entwicklung und Auswertung eines Smartphone-Trainings zum Umgang mit Stress

Es erwarten Dich Befragungen sowie die Teilnahme an einer von zwei Studiengruppen:

- **Studiengruppe A:** Smartphone-Training an 4 aufeinanderfolgenden und für dich passenden Tagen (ca. 30-45 Min./Tag)
- **Studiengruppe B:** Kontrollgruppe

Du bekommst

- Impulse zur Stressbewältigung
- Feedback zu deinem individuellen Stresslevel
- 20€ oder 2-4 VP-Stunden

STUDIENINFORMATIONEN

- ➔ **Studiendauer:** etwa 6 Wochen
- ➔ **Umfang Studiengruppe A:** 4 Tage Training vor Ort & zwei Nachbefragungen zu Hause (insgesamt ca. 4 Stunden); **Studiengruppe B:** vier Befragungen zu Hause (insgesamt ca. 1 Stunde)
- ➔ **Ort:** Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Nägelsbachstr. 25a, 91052 Erlangen
- ➔ **Voraussetzungen für die Teilnahme:** erhöhtes Stresslevel, Volljährigkeit, ausreichend Deutschkenntnisse, keine aktuelle Suchterkrankung oder Psychosen

Anmeldung:



https://ww2.unipark.de/uc/wiz2_sc/

ANSPRECHPARTNERIN:

Marie Keinert, M. Sc.
klips-studie@fau.de