

**Betreff:** Psychische Gesundheit & Lifestyle von Studierenden – Weltweite UNILIFE-M Studie

Liebe Erstsemesterstudierende,

ein Drittel aller Studierenden weltweit leidet während des Studiums an einer psychischen Erkrankung. Mit dem UNILIFE-M Projekt möchten wir herausfinden, welche Lebensstilfaktoren sich schützend auf die psychische Gesundheit von Studierenden auswirken, um damit eine Grundlage für die Entwicklung spezifischer Lebensstilinterventionen zu schaffen. Und dabei können Sie uns durch eine Teilnahme an unserer internationalen Studie helfen!

Konkret werden Sie über diesen Link <https://redcap.huwc.ufc.br/surveys/?s=FCM8DF74L4WTHRY3> zu einem Online-Fragebogen gelangen und zu einigen Lebensstilfaktoren wie zum Beispiel Ernährung, Stressmanagement und Schlafgewohnheiten sowie zu Ihrer psychischen Gesundheit befragt. Diese Studie wird derzeit mit rund 28.000 Studierenden an mehr als 60 Universitäten in etwa 30 Ländern über alle Kontinente hinweg durchgeführt, um regionale und kulturelle Unterschiede hinsichtlich des Zusammenhangs von Lebensstilfaktoren und psychischer Gesundheit festzustellen.

**\*\*\*Wie sieht meine Teilnahme aus?\*\*\***

Die Befragung dauert etwa 20 Minuten und am Ende erhalten Sie Rückmeldung über die Ergebnisse der validierten Fragebögen zu Ihrer psychischen Gesundheit.

Innerhalb der nächsten 3.5 Jahre werden Sie drei weitere Male um Teilnahme gebeten, sodass wir über den gesamten Zeitraum des Studiums Aussagen treffen können.

Teilnehmen kann, wer zwischen 18 und 35 Jahre alt ist und das Grundstudium zum Wintersemester 2024/2025 begonnen haben.

**\*\*\* Umgang mit klinischer Auffälligkeit\*\*\***

Sollten Sie bei bestimmten Fragebögen eine klinisch bedeutsame Symptomatik aufweisen, erhalten Sie automatisiert professionelle Anlaufstellen rückgemeldet, an die Sie sich bei Bedarf wenden können.

**\*\*\*Datenschutz und ethische Belange\*\*\***

Verantwortlich für das gesamte Datenmanagement ist der Projektleiter Prof. Dr. Felipe Schuch von der staatlichen Universität Santa Maria, Brasilien. Die Erhebung und Speicherung Ihrer persönlichen Daten erfolgt pseudonymisiert auf einem sicheren Server der staatlichen Universität in Ceará, Brasilien. Ihre Daten werden nach Abschluss des ersten und letzten Messzeitpunkts vollständig anonymisiert mit den Daten aller internationalen Teilnehmenden zu einem Gesamtdatensatz zusammengefügt. Ihre Daten werden nur zu diesem Forschungszweck verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

Es besteht ein Datenschutzkonzept, welches vom Datenschutzbeauftragten der Universität Tübingen geprüft und genehmigt wurde. Für die Datenverarbeitung im Zusammenhang mit dem Versand dieser Einladungs-E-Mail möchten wir Sie außerdem auf die Datenschutzinformationen der Universität Potsdam hinweisen, welche mithilfe des Passworts (UniLife-M\_Studie24/25) über den folgenden Link eingesehen werden können: <https://boxup.uni-potsdam.de/s/4TfTN5q8mpKJeHF> . Ein positives Ethikvotum der überregionalen Ethikkommission der Deutschen Gesellschaft für Psychologie liegt vor. Auf die Freiwilligkeit der Teilnahme wird ausdrücklich hingewiesen.

**\*\*\*Wo finde ich weitere Infos?\*\*\***

Für weitere Informationen schauen Sie gerne auf unserer Website vorbei <https://unilifem.com/> oder schauen sich dieses [Video](#) an oder wenden Sie sich jederzeit an die Projektverantwortlichen oder die Projektleitung.

Für eine Teilnahme klicken Sie bitte auf den folgenden Link: <https://redcap.huwc.ufc.br/surveys/?s=FCM8DF74L4WTHRY3>

**Projektverantwortlicher (Rekrutierung) an der Universität Potsdam:**

Dr. Andreas Heißel  
Professur Sozial- und Präventivmedizin  
Department Sport- und Gesundheitswissenschaften  
Humanwissenschaftliche Fakultät und  
Fakultät für Gesundheitswissenschaften  
Am Mühlenberg 9  
14476 Potsdam  
Tel.: + 49 (0) 331 977 4049  
Mail: [andreas.heissel@uni-potsdam.de](mailto:andreas.heissel@uni-potsdam.de)

**Gesamtprojektleitung:**

Prof. Dr. Felipe B. Schuch  
Abteilung für Sportmethoden und -techniken  
Staatliche Universität Santa Maria, Brasilien  
Tel.: +55 51 999927709  
Mail: [felipe.schuch@ufsm.br](mailto:felipe.schuch@ufsm.br)

Hinweis: Fragen oder andere Anliegen an die Projektleitung bitte auf Englisch.