

Teilnehmerinformationen zur „Umfrage zur Bewertung von Website- Inhalten und Gesundheit“

Mit dieser Studie verfolgen wir zwei Ziele: Zum einen möchten wir untersuchen, ob persönliche Eigenschaften von WebnutzerInnen wie das Sich-Sorgen die Wahrnehmung und Bewertung von Websites und deren Inhalte beeinflussen. Unser zweites Ziel ist, Online-Informationen im Gesundheitsbereich zu untersuchen und einen wissenschaftlichen Fragebogen zur Bewertung von Websites abschließend zu erproben, dieser heißt „Web-CLIC“. In einer Reihe von Studien haben wir bereits die Stabilität und Güte dieses Instruments geprüft, diese finale Studie befasst sich mit der Anwendbarkeit des Fragebogens.

Im Folgenden möchten wir Ihnen weitere Informationen zum Thema Sorgen sowie zu unserer Forschung und dem Web-CLIC-Fragebogen geben. Vorweg an dieser Stelle schon einmal **vielen Dank für Ihre Studienteilnahme und Unterstützung unserer Forschung!**

Sorgen

„Was wäre, wenn... !?“ - Sorgen gehören zu unserem Leben. Typischerweise drehen sie sich um alltägliche Organisation, Finanzen, Gesundheit, Sicherheit und zwischenmenschliche Beziehungen. Sie sind nicht angenehm, aber in einem gewissen Ausmaß vollkommen normal. Übermäßige und unkontrollierbar erscheinende Sorgen und die damit verbundene Anspannung und ängstliche Erwartung können für Betroffene jedoch zu einer starken Belastung werden, die sich auf den Beruf und den privaten Alltag auswirkt. In solch einem Fall sprechen Ärzte und Psychologen von einer „**Generalisierten Angststörung**“ (GAS).

Menschen mit einer Generalisierten Angststörung sorgen sich viele Stunden am Tag und zwar über Monate oder Jahre. Die Sorgeninhalte sind dabei die gleichen wie bei allgemeinen Sorgen und beziehen sich beispielsweise auf die eigene Gesundheit oder die Gesundheit der Angehörigen, den Beruf, die finanzielle Situation, Partnerschaft, aber auch auf alltägliche Belastungen wie Termine oder den Einkauf. Gedanken über mögliche schlimme Ereignisse in der Zukunft und Überlegungen, wie diese verhindert werden könnten, reihen sich aneinander. In der Folge sind die Betroffenen ängstlich und dauerhaft angespannt. Die Befürchtungen und Sorgen beziehen sich typischerweise auf verschiedene Themen. Die Inhalte wechseln dabei

auch häufig hin- und her. Die Betroffenen fühlen sich von ihren Sorgen immer wieder überwältigt und empfinden sie als unkontrollierbar, erleben das Sich-Sorgen also so, dass sie nicht mehr damit aufhören können, selbst wenn sie es gern möchten. Neben Angst und Anspannung wird das Sich-Sorgen von Ruhelosigkeit begleitet - die Personen fühlen sich wie „ständig auf dem Sprung“, sind manchmal auch reizbar. Das Ein- oder Durchschlafen wird durch das viele Sich-Sorgen oft erschwert; der Schlaf ist unruhig und wenig erholsam. Betroffene ermüden zudem leichter und haben Schwierigkeiten sich zu konzentrieren.

Wegen der mit den Sorgen verbundenen körperlichen Symptome ist die Einordnung der Problematik oft schwierig, sodass das Problem häufig unerkannt bleibt und daher nicht erfolgreich behandelt wird. Therapeutische Unterstützung durch Ärzte und Psychologen ist möglich und führt oftmals zu einer Verbesserung oder vollständigen Heilung. Ohne Behandlung verläuft die Generalisierte Angststörung allerdings chronisch, wenn auch die Betroffenen häufig schildern, dass die Beschwerden phasenweise mal schlimmer und mal weniger schlimm ausgeprägt sind. Typischerweise spielen hier äußere Belastungen wie z.B. zusätzliche Anforderungen am Arbeitsplatz oder familiäre Veränderungen eine Rolle – in stressreichen Lebensphasen nimmt dann oft auch das Sich-Sorgen zu - und sorgt für zusätzlichen Stress: ein Teufelskreis...

Wenn sie weitere Informationen zum Thema und Selbsthilfe suchen, möchten wir Ihnen folgende Literatur empfehlen:

- Vor lauter Sorgen ...: Selbsthilfe bei Generalisierter Angststörung von Eni Becker und Jürgen Margraf
- Ratgeber Generalisierte Angststörung: Informationen für Betroffene und Angehörige von Jürgen Hoyer, Katja Beesdo-Baum und Eni S. Becker
- Generalisierte Angststörung: Ein Ratgeber für übermäßig besorgte und ängstliche Menschen von Sigrun Schmidt-Traub

Sollten Sie den Eindruck haben unter übermäßigem Sorgen zu leiden, haben Sie die Möglichkeit, dies diagnostisch abklären zu lassen und sich psychotherapeutische Unterstützung zu suchen. Sie können sich bei der für Sie zuständigen Kassenärztlichen Vereinigung bei der Suche nach einem Therapeuten unterstützen lassen: <http://www.kbv.de/html/432.php>

„Sorgen kann man teilen.“ - bundesweit steht ihnen zudem rund um die Uhr unter <http://www.telefonseelsorge.de/> bzw. **0800/111 0 111 • 0800/111 0 222 • 116 123** eine kostenlose Beratungsmöglichkeit zur Verfügung.

Gesundheitsinformationen online und der Web-CLIC Fragebogen

In unserer Forschung möchten wir genauer verstehen, wie InternetnutzerInnen Gesundheitswebsites wahrnehmen – und welche Aspekte hierbei besonders wichtig sind. Dabei wollen wir uns besonders dem Bereich der psychischen Gesundheit annehmen. Eine erste Studie zu der Frage, ob Symptome einer Depression einen Einfluss auf das Erleben von Websites haben, ist bereits frei verfügbar publiziert und findet sich hier: <http://doi.org/10.7717/peerj.4439>. Im weiteren Projektverlauf betrachten wir nun das Thema Sorgen und die Wahrnehmung von Gesundheitswebsites.

Dabei erproben wir auch eine Kurzversion des sogenannten Web-CLICs. Der Web-CLIC ist ein Fragebogen mit dem NutzerInnen den Inhalt einer Website bewerten können (Thielsch & Hirschfeld, 2018; Thielsch & Hirschfeld, in press). Insgesamt 12 Fragen decken dabei die vier Bereiche Verständlichkeit, Gefallen, Informationsgehalt und Glaubwürdigkeit ab (die Abkürzung Web-CLIC steht für „Website-Clarity, Likeability, Informativeness, Credibility“). Die neue geschaffene Kurzversion soll den globalen Faktor Website-Inhaltswahrnehmung mit nur vier Fragen erfassen. Ob das im Gesundheitsbereich funktioniert, werden die Ergebnisse unserer aktuellen Studie zeigen.

Falls Sie jetzt schon mehr wissen möchten: Weitere Informationen zum vollständigen Web-CLIC finden Sie in einer Pressemeldung der Universität Münster (siehe <https://www.uni-muenster.de/news/view.php?cmdid=9462>) oder unter www.WebCLIC.de. Eine weitere aktuelle und frei verfügbare Veröffentlichung, in welcher der Web-CLIC zum Einsatz kam, findet sich hier: <http://doi.org/10.7717/peerj.5483>. In dieser Studie ging es um die Frage, wie Vertrauen oder Misstrauen in technische Informationssysteme am Arbeitsplatz entsteht.

Literaturhinweise

- Thielsch, M. T. & Hirschfeld, G. (in press). Facets of website content. *Human-Computer Interaction*. <http://doi.org/10.1080/07370024.2017.1421954>
- Thielsch, M. T. & Hirschfeld, G. (2018). Evaluation von Online-Inhalten mit dem Web-CLIC Fragebogen. In R. Dachselt & G. Weber (Hrsg.), *Mensch und Computer 2018 - Tagungsband* (S. 245–249). Bonn: Gesellschaft für Informatik e.V. <https://doi.org/10.18420/muc2018-mci-0338>
- Thielsch, M. T., Meeßen, S. M. & Hertel, G. (2018). Trust and Distrust in Information Systems at the Workplace. *PeerJ*, 6:e5483. <http://doi.org/10.7717/peerj.5483>
- Thielsch, M. T. & Thielsch, C. (2018). Depressive symptoms and web user experience. *PeerJ* 6:e4439. <http://doi.org/10.7717/peerj.4439>