

**Allgemeine Informationen für Teilnehmende zum Projekt:
Sinnerleben im höheren Lebensalter**

Siegen, 23.01.2026

Liebe Interessierte,

wir danken Ihnen für Ihr Interesse am Forschungsprojekt „Sinnerleben im höheren Lebensalter“. Wir – das sind die Projektmitarbeiterinnen Sophie Voigt (Masterstudentin in Psychologie an der Universität Siegen), Louisa Klein (Bachelorstudentin in Psychologie an der Universität Siegen) und Sarah Silber (Bachelorstudentin in Psychologie an der Universität Siegen) sowie Prof. Dr. Simon Forstmeier (Professor für Psychologie an der Universität Siegen). Als Projektteam ist es uns ein großes Anliegen, mit unserer Forschung dazu beizutragen, das Sinnerleben im höheren Lebensalter genauer zu erforschen.

Beim Lebenssinn geht es unter anderem darum, für wie sinnvoll Sie Ihr Leben halten und welche Bedeutung Sie Ihrem Leben beimessen. Diesbezüglich ist es so, dass nicht nur große Lebensereignisse zum Erleben von Sinn beitragen, sondern auch kleine, alltägliche Momente. Sinnerleben ist daher etwas sehr Individuelles und Subjektives und sieht bei jeder Person etwas anders aus.

Bisherige Forschung zum Thema Sinnerleben hat unter anderem gezeigt, dass das Vorhandensein von Sinnerleben mit vielen positiven Einflüssen auf das Wohlbefinden einhergeht.

In diesem Forschungsprojekt schauen wir uns die Bandbreite von persönlichen Erfahrungen an, die zu Sinnerleben führen und wie Sie diese erlebt und bewertet haben. Des Weiteren interessiert uns die momentane Ausprägung Ihres Sinnerlebens und wie diese mit verschiedenen anderen psychologischen Konstrukten zusammenhängt, weswegen Sie eine Reihe von unterschiedlichen Fragebögen erwartet.

Ablauf der Studie

Wenn Sie sich zur Teilnahme an diesem Forschungsprojekt entscheiden, füllen Sie einen Online-Fragebogen aus.

Das Ausfüllen des Fragebogens dauert ca. 20-30 Minuten. Es wird Ihnen auch möglich sein, das Ausfüllen zwischendurch zu pausieren und zu einem späteren Zeitpunkt fortzusetzen. In diesem anonymen Fragebogen werden wir einige personenbezogene Daten wie Alter, Geschlecht, Familienstand und Berufstätigkeit erfragen. Nachdem die Angaben zur eigenen Person erfolgt sind, beginnt unser Hauptbefragungsteil. Dort können Sie zunächst bis zu fünf Lebensereignisse angeben und diese bewerten. Anschließend werden wir Fragen zu Ihrem allgemeinen Sinnerleben und Wohlbefinden z. B. zu Ihrer Lebenszufriedenheit und Ihrem Selbstwert, aber auch zu Ängsten und anderen negativen Gefühlen stellen. Ebenso werden Sie zu Ihrer empfundenen Dankbarkeit und Ihren persönlichen Altersbildern befragt. Am Ende beantworten Sie noch Fragen dazu, wie zusammenhängend Sie Ihr Leben insgesamt wahrnehmen.

Freiwilligkeit und Anonymität

Die Teilnahme an dieser Studie ist freiwillig. Sie können jederzeit und ohne Angabe von Gründen die Teilnahme an der Studie beenden, ohne dass Ihnen daraus Nachteile entstehen.

Die im Rahmen dieser Studie erhobenen, oben beschriebenen Daten und persönlichen Mitteilungen werden vertraulich behandelt. So unterliegen die Projektmitarbeiterinnen, die durch einen eventuellen E-Mail-Kontakt mit Ihnen über personenbezogene Daten verfügen, der Schweigepflicht. Des Weiteren wird die Veröffentlichung der Ergebnisse der Studie in anonymisierter Form erfolgen, d. h., ohne dass Ihre Daten Ihrer Person zugeordnet werden können.

Datenschutz

Alle erhobenen Daten werden von Anfang an anonymisiert oder zunächst pseudonymisiert, später anonymisiert erhoben und verarbeitet.

Wenn Sie an der Vergütung der Studie interessiert sind, gelangen Sie über einen Link auf eine andere – von den Daten des Fragebogens getrennte – Seite, wo Sie Ihre E-Mail oder Postadresse eingeben können. Diese benötigen wir, um Sie über den Gewinn zu informieren und Ihnen die unten beschriebene Broschüre zukommen zu lassen. Die E-Mail-Adresse wird nie zusammen mit den Daten abgespeichert und wird nur so lange von der Projektleitung aufbewahrt, bis die Studie abgeschlossen ist. Dann wird die E-Mail-Adresse gelöscht, womit dann auch alle Daten anonymisiert sind.

Aufbewahrungsfrist für die anonymisierten Daten

Die vollständig anonymisierten Daten werden über die Internet-Datenbank Open Science Framework (osf.io) öffentlich zugänglich gemacht. Dieses Vorgehen dient der Sicherstellung guter wissenschaftlicher Arbeit. Andere Forschende können dadurch beispielsweise die Auswertung nachvollziehen oder eine alternative Auswertung testen. In diesem Datensatz werden keine E-Mail-Adressen oder persönlichen Codewörter enthalten sein. Auch personenbezogene Daten wie Alter, Geschlecht, Familienstand und Berufstätigkeit sind in diesem Datensatz nicht mehr enthalten, damit auf keinen Fall rekonstruiert werden könnte, wer welche Angaben gemacht hat.

Darüber hinaus können Sie sich mit Fragen jederzeit an den Datenschutzbeauftragten der Universität Siegen, Herrn Sebastian Zimmermann (datenschutzbeauftragter@uni-siegen.de), und an eine Datenschutzaufsichtsbehörde wenden. Für die Universität Siegen ist die Landesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit (ldi.nrw.de) zuständig.

Vergütung

Als Dankeschön für Ihre Teilnahme erhalten Sie von uns eine Broschüre mit praktischen Übungen, Tipps und spannenden Infos rund um die Themen Sinnpsychologie, Achtsamkeit und Wohlbefinden im Alter. Damit können Sie sich weiter mit dem Thema Lebenssinn beschäftigen und sich weiterentwickeln. Außerdem können Sie an einer Verlosung von 3 Rewe-Gutscheinen (je 20 €) teilnehmen. Die Verlosung und das Versenden der Broschüre erfolgen nach Beendigung der Studie.

Bei Fragen oder Anmerkungen kontaktieren Sie bitte

Prof. Dr. Simon Forstmeier

Universität Siegen, Department Psychologie

Entwicklungspsychologie und Klinische Psychologie der Lebensspanne (EKLIPS)

Adolf-Reichwein-Str. 2a

D-57076 Siegen

Telefon 0271 740-4020

Mail simon.forstmeier@uni-siegen.de

<https://psychologie.uni-siegen.de/forstmeier>