



Pressemitteilung

Chronische Schmerzen bewältigen

Das Institut für Psychologie der Universität Freiburg sucht
Studienteilnehmer

Chronische Schmerzen können Menschen im Alltag einschränken und ihre Lebensqualität mindern. Ein Online-Training soll Betroffenen dabei helfen, mit ihrem Leiden besser umzugehen. Das Institut für Psychologie der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg sucht für eine Studie Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die seit mindestens sechs Monaten unter chronischen Schmerzen leiden und die sich durch Schmerzen im Alltag eingeschränkt fühlen. Interessierte erhalten auf folgender Internetseite weitere Informationen und können sich für die Teilnahme vormerken lassen:

<https://www.geton-training.de/chronischeSchmerzen.php>

Die Studie soll zeigen, ob das Online-Training wirksam und kosteneffektiv ist. Dieses basiert auf der Akzeptanz-und-Commitment-Therapie. Die Studienteilnehmer lernen zum Beispiel verschiedene Strategien zum Umgang mit Schmerzen kennen. Außerdem erfahren sie, wie sie bedeutsamen Lebensbereichen sowie -zielen mehr Raum geben und mit unangenehmen Gedanken und Gefühlen umgehen. Die Patienten erhalten sieben Lektionen mit Informationen, interaktiven Übungen sowie Audio- und Videodateien, die sie wöchentlich bearbeiten sollen. Die Teilnehmer werden vor Beginn der Studie in drei verschiedene Gruppen eingeteilt. Die erste Gruppe bekommt zusätzliche Unterstützung und Feedback durch einen persönlichen Trainer, während die zweite Gruppe das Training selbstständig bearbeitet. Eine dritte Gruppe erhält sechs Monate später Zugriff auf das Angebot. Das Forschungsprojekt entstand aus einer Zusammenarbeit der

Albert-Ludwigs-Universität
Freiburg

Rektorat

Stabsstelle Öffentlichkeitsarbeit
und Beziehungsmanagement

Abt. Presse- und
Öffentlichkeitsarbeit

Fahnenbergplatz
79085 Freiburg

Tel. 0761 / 203 - 4302
Fax 0761 / 203 - 4278

info@pr.uni-freiburg.de
www.pr.uni-freiburg.de

Ansprechpartner:
Rudolf-Werner Dreier (Leiter)
Nicolas Scherger
Rimma Gerenstein
Mathilde Bessert-Nettelbeck
Dr. Anja Biehler
Melanie Hübner
Katrin Albaum

Freiburg, 07.10.2014

■ Universität mit dem Universitätsklinikum Freiburg sowie den Universitäten Marburg und Lüneburg.

2

Kontakt:

Jiaxi Lin

Institut für Psychologie

Albert-Ludwigs-Universität Freiburg

Tel.: 0761/203- 3045

E-Mail: jjaxi.lin@psychologie.uni-freiburg.de

Die Albert-Ludwigs-Universität Freiburg erreicht in allen Hochschulrankings Spitzenplätze. Forschung, Lehre und Weiterbildung wurden in Bundeswettbewerben prämiert. Mehr als 24.000 Studierende aus über 100 Nationen sind in 188 Studiengängen eingeschrieben. Etwa 5.000 Lehrkräfte sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Verwaltung engagieren sich – und erleben, dass Familienfreundlichkeit, Gleichstellung und Umweltschutz hier ernst genommen werden.