

Ambulantes Assessment und Just in Time Adaptive Interventions

durchgeführt in Kooperation mit movisens

Ambulantes Assessment und *Experience Sampling* sind Forschungsmethoden, die es erlauben, objektive Sensordaten (z. B. Bewegungsverhalten, physiologische Messwerte, Aufenthaltsorte) und subjektive Daten bspw. über die Befindlichkeit einer Person sowie den Kontext, in dem sich die Person befindet, in ihrem Alltag und in Echtzeit zu erfassen. Damit sind die Methoden für vielfältige Anwendungsbereiche und Fragestellungen aus unterschiedlichen sportwissenschaftlichen Teildisziplinen (z. B. Trainingswissenschaft, Sportmedizin, Sportpädagogik, Sportpsychologie) relevant. So kann beispielsweise zum Thema ‚Stress‘ eine Abfrage über die subjektive Befindlichkeit der Person genau dann erfolgen, wenn mittels eines EKG-Sensors eine Veränderung der Herzrate oder der Herzratenvariabilität gemessen wurde. Es ist auch möglich in einem sog. *Interaktiven Ambulanten Assessment* Abfragen auf dem Smartphone durch spezifische Ereignisse auszulösen (z. B. das Übertreten einer Aktivitätsschwelle). So können subjektive Daten bspw. zum aktuellen Befinden in spezifischen vorab definierten Situationen erhoben werden. Neben dem Auslösen einer Abfrage auf dem Smartphone ist es auch möglich, Interventionen auszulösen. Dieses Konzept wird *Just in Time Adaptive Intervention* genannt. *Just in Time Adaptive Interventions* verfolgen das Ziel, Personen zu einem konkreten Zeitpunkt und in einer spezifischen Situation gezielt bei einer Änderung oder Anpassung von Verhaltensmustern zu unterstützen (z. B. eine Aufforderung oder Ermunterung, nach einer langen Sitzphase aufzustehen und sich zu bewegen).

Im Workshop erhalten Sie Einblick in die Methode des Ambulanten Assessment und können sich mit dem Interaktiven Ambulanten Assessment vertraut machen. Es werden Verfahren zur Umsetzung von Feedback-Mechanismen und Interventionen vorgestellt. Demonstriert wird an einem konkreten Studienbeispiel. Zudem gibt es Raum, die Integration der Methoden in eigene Studienvorhaben und Forschungsdesigns zu thematisieren.