

# Learning Contract in der PEPC-Studie



## Hintergrund und Projektbeschreibung

Depression zählt weltweit zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Trotz ihrer hohen Verbreitung ist noch nicht vollständig geklärt, wie die psychologischen und physiologischen Prozesse zusammenwirken, die zur Entstehung und Aufrechterhaltung depressiver Symptome beitragen. Ein Faktor, der in den letzten Jahren zunehmend an Bedeutung gewonnen hat, ist körperliche Aktivität. Zahlreiche Studien zeigen, dass regelmäßige Bewegung eine antidepressive Wirkung entfalten kann, die zugrunde liegenden Mechanismen sind jedoch noch nicht vollständig verstanden.

Gleichzeitig stellt die langfristige Motivation zur körperlichen Aktivität für viele Patientinnen und Patienten mit Depression eine große Herausforderung dar. Hier setzt **Exergaming** an: Die Verbindung von Bewegung und spielerischen Elementen schafft neue, motivierende Zugänge zu körperlicher Aktivität und zeigt vielversprechende Effekte auf psychologischer, kognitiver und physiologischer Ebene.

In der **PEPC-Studie** untersuchen wir, ob ein Exergaming-basiertes Trainingsprogramm für stationär behandelte Patientinnen mit Depression positive Effekte auf die körperliche Fitness, die Depressionsschwere sowie das langfristige Aktivitätsverhalten hat. Studierende erhalten die Möglichkeit, aktiv an einem klinisch relevanten, interdisziplinären Forschungsprojekt mitzuwirken und wertvolle Einblicke in angewandte Forschung an der Schnittstelle von Bewegung, Psychologie und Medizin zu gewinnen.

## Aufgaben

- Durchführung von Informations- und Aufklärungsgesprächen mit depressiven Patient/innen an den Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel
- Assistenz bei der Datenerhebung (z. B. Spiroergometrie, Interviews etc.)
- Mitwirkung bei der Planung und Organisation individueller Trainingstermine
- Unterstützung bei der Dokumentation und Koordination der Studienabläufe

## Profil

- Studierende im fortgeschrittenen Bachelorstudium oder im Masterstudium
- Interesse an klinischer Forschung, Bewegung und Trainingswissenschaft
- Freundliche, empathische und kommunikative Persönlichkeit
- Sorgfältige und zuverlässige Arbeitsweise

## Zeitraum

- Ab sofort
- Auf Grund der Einarbeitungsdauer sind **6 ECTS** wünschenswert

## Umfang

- Anrechnung nach geleisteten Stunden (ECTS-Berechnung)

Kontakt: Zoë Holland-Cunz [zoe.holland-cunz@unibas.ch](mailto:zoe.holland-cunz@unibas.ch)