



## Universitärer Forschungsschwerpunkt «Dynamik Gesunden Alterns»

November 2019 / Ausgabe 9

# Newsletter

### Editorial

Liebe Leserinnen und Leser.....2

### Aus der Forschung

Tiefe Verarbeitung und das Langzeitgedächtnis.....3

MOASIS goes global: Untersuchung der Bedeutung von Alltagsaktivitäten für gesundes Altern  
in einer internationalen Forschungszusammenarbeit .....4

Schweizer 100-Jährigen-Studie.....5

### Interviews

Partnerschaft und Gesundheit: Ein Interview mit Dr. Janina Lüscher .....6

Raumzeitliche Dynamik von Alter und Mobilität: Ein Interview mit Dr. Eun-Kyeong Kim.....7

### Aktuelle Studien

Partnerschaft und Diabetes.....9

Lebensverläufe nach schwierigen Erlebnissen in der Kindheit und Jugend .....10

Beziehungsglück im Alter.....10

### Neuigkeiten

Abgeschlossene Dissertationen.....11

Neue Mitarbeitende .....12

Auszeichnungen.....12

### Veranstaltungen

Eine Auswahl an Veranstaltungen zu Alter und Partizipation .....13

# Editorial



## Liebe Leserinnen und Leser

In wenigen Monaten starten wir das Jahr 2020 und kommen damit in die durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) initiierte «Dekade des gesunden Alterns 2020 – 2030». Diese Initiative will ein globales Netzwerk von Interessensvertretern aus der Forschung, dem Dienstleistungsbereich, der Wirtschaft und der Politik zusammenbringen, um national und international einen Beitrag zu gesundem Altern zu leisten. Der Forschungsschwerpunkt Dynamik Gesunden Alterns ist Teil dieser Initiative. Wie Sie im vorliegenden Newsletter lesen können, tauschen wir uns bereits jetzt mit Forschenden aus verschiedenen Kontinenten aus. So wird das MOASIS-Projekt bald in Hongkong und in Mexiko-Stadt durchgeführt. In Südafrika, Australien und den USA sind ähnliche Projekte geplant. Wie mit den Daten aus dem MOASIS-Projekt in der Humangeographie gearbeitet wird, erfahren Sie im Interview mit der Wissenschaftlerin Dr. Eun-Kyeong Kim auf Seite 7.

Wir planen aber auch neue Forschungsprojekte, die in unserem Land durchgeführt werden. Eine Sprachgrenzen-übergreifende Studie untersucht ab diesem Herbst das Leben von Hundertjährigen in der Schweiz. Immer mehr Menschen werden in Zukunft das Alter von 100 Jahren erreichen und wir sind gespannt zu erfahren, welche Möglichkeiten und Bedürfnisse mit diesem hohen Alter

einhergehen. Die Studie stellen wir Ihnen gerne zu einem späteren Zeitpunkt nochmals vor, Interessierte können sich aber durchaus bereits melden.

Menschen werden nicht nur zunehmend älter, auch gewisse Krankheiten nehmen zu. Eine davon ist Diabetes mellitus Typ II. Eine neue Studie untersucht, wie Paare mit dieser chronischen Krankheit umgehen, um die Lebensqualität zu erhalten, wenn ein Partner von dieser Erkrankung betroffen ist. Über die Hintergründe zu diesem Projekt erfahren Sie im Interview mit Dr. Janina Lüscher ab Seite 6 mehr. Falls Sie teilnehmen möchten oder jemanden kennen, der teilnehmen könnte, schildern wir Ihnen den Ablauf der Studie in der Rubrik «[Aktuelle Studien](#)» auf Seite 9.

Die Bedeutung unserer Forschungsprojekte wird auch über die Universität hinaus anerkannt. So sind wir stolz Ihnen mitteilen zu können, dass Dr. Burcu Demiray im September den bekannten Vontobel-Preis für Alter(n)sforschung erhalten hat. Ausserdem haben im Frühjahr wieder einige Doktorandinnen und Doktoranden ihre Arbeiten erfolgreich abgeschlossen.

Freuen Sie sich mit uns und geniessen Sie die Lektüre!

Corinne Boillat ([corinne.boillat@uzh.ch](mailto:corinne.boillat@uzh.ch)),  
Forschungstechnische Assistentin,  
UFSP Dynamik Gesunden Alterns



# Aus der Forschung



## Tiefe Verarbeitung und das Langzeitgedächtnis

Warum können wir uns neue Informationen nicht in unendlicher Fülle merken? Diese Frage beschäftigt nicht nur viele Menschen in ihrem Alltag, sondern auch uns Forschende. Der Vorteil neugieriger Forscherinnen und Forscher ist es, Fragen wie dieser mit neusten Forschungsmethoden nachzugehen. Gerne präsentiere ich Ihnen hier einige Ergebnisse aus einer unserer Studien.

Im Rahmen einer funktionellen Magnetresonanztomographie (fMRT)-Studie am UFSP Dynamik Gesunden Alterns untersuchten wir, welche Prozesse Menschen nutzen, um Wörter über eine kurze Zeitspanne im Gedächtnis zu behalten und wie diese Prozesse zur Entstehung des Langzeitgedächtnisses beitragen. Wir zeichneten dafür die Gehirnaktivität jüngerer und älterer Personen auf, während diese eine Gedächtnisaufgabe lösten.

Aus vergangener Forschung zum Langzeitgedächtnis ist bekannt, dass Elaboration - also die tiefere Verarbeitung des zu merkenden Materials - zu besseren Gedächtnisleistungen führt. Beispielsweise können sich Personen die PIN ihrer neuen Bankkarte dann besser merken, wenn sie den Ziffern eine Bedeutung aus ihrem Gedächtnis zuordnen. So merkt sich jemand die zufällig zugeteilte Zahlenkombination «6423» mit der folgenden elaborativen Strategie besser: «Ich habe im Juni (6) Geburtstag; meine Familie hat mit meinen Eltern, meinem Bruder und mir vier (4) Mitglieder; ich habe zwei (2) beste Freunde – Evi und Tom; und ich wohne in Zürich im Kreis 3 (3). Die ursprünglich zufälligen Ziffern werden so mithilfe ihrer Erinnerungen bedeutungsvoll und somit leichter aus dem Gedächtnis abrufbar.

Es ist jedoch nicht klar, ob und inwiefern vertiefte Verarbeitung älteren Menschen schwerer fällt oder die Verknüpfung neuer Information im vorhandenen Gedächtnissystem auch im Alter erhalten bleibt.

Unsere Ergebnisse zeigen, dass die kurzfristige Gedächtnisleistung für Wortlisten bei älteren Personen dann am besten ist, wenn Personen die Wörter nochmals lesen können. Das Elaborieren brachte keinen Erfolg. In der gleichen Aufgabe erreichten jüngere Personen ein ähnliches Ergebnis für das kurzfristige Gedächtnis. Im Langzeitgedächtnis zeigten sich dagegen klare Altersunterschiede: Nur die Stichprobe der jüngeren Erwachsenen profitierte von einer tieferen Verarbeitung.

Die Analyse der Aktivierungsmuster des Gehirns hat gezeigt, dass die Prozesse des Lesens und Elaborierens sowohl für jüngere als auch ältere Erwachsene auf Gehirnebene unterscheidbar sind. Daraus schliessen wir, dass Personen aller Altersgruppen den Prozessen des wiederholten Lesens und des Elaborierens wirklich nachgingen – in der Gruppe der älteren Personen brachte dies aber keinen positiven Effekt auf ihr Gedächtnis.

Die aktuelle Studie hat somit gezeigt, dass die tiefere Verarbeitung bei jüngeren Erwachsenen das Langzeitgedächtnis positiv beeinflusst. Ältere Erwachsene können diesen Prozess hingegen weniger effizient nutzen und zeigen eine verringerte Abspeicherung der zu merkenden Inhalte ins Langzeitgedächtnis.

Was heisst dies nun für unsere ursprüngliche Frage, warum wir Menschen uns nicht unendlich viel neue Information langfristig merken können? Ein Teil der Antwort ist, dass Menschen all diese Information nicht so gut und effizient im Gedächtnis mit bereits vorhandenen Konzepten verknüpfen. Ein wichtiger anderer Teil der Antwort ist aber auch, dass es manchmal von Vorteil sein kann, dass wir uns nicht immer alles merken können, was wir erzählt bekommen.

Dr. Lea M. Bartsch ([l.bartsch@psychologie.uzh.ch](mailto:l.bartsch@psychologie.uzh.ch))  
Grundlagen gesunden Alterns, Wissenserwerb,  
UFSP Dynamik Gesunden Alterns





## MOASIS goes global: Untersuchung der Bedeutung von Alltagsaktivitäten für gesundes Altern in einer internationalen Forschungszusammenarbeit

Das MOASIS-Projekt (Mobilität, Aktivität und soziale Interaktionen - Studie), das zwischen 2016 und 2018 am UFSP Dynamik Gesunden Alterns durchgeführt wurde, beinhaltete im Kern eine 30-tägige intensive Erfassung verschiedener Aspekte von Aktivitäten des täglichen Lebens (körperliche, räumliche und soziale Aktivitäten). Dieses Projekt ist Teil einer globalen Initiative zusammen mit der Weltgesundheitsorganisation (WHO) innerhalb eines neu gegründeten «WHO Collaboration Center Plus Network for Healthy Ageing». Das Projekt wird in diesem Herbst globalisiert: Der Schweizer Teil der Studie wird in einem ersten Schritt durch ein vergleichbares Studienprotokoll in Hongkong (China) und Mexiko-Stadt (Mexiko) ergänzt. Für 2020 sind zusätzliche Erweiterungen in Südafrika, Australien und den USA geplant. Diese globale länderübergreifende Studie zielt auf folgende Punkte ab:

1. Einführung neuer Kennzahlen zur Beschreibung des gesunden Alterns entlang der drei von der WHO vorgeschlagenen Schlüsselindikatoren: *Intrinsische, also der Person innewohnende, Kapazität* (d.h. die geistigen und körperlichen Fähigkeiten einer Person), *funktionelle Fähigkeit* (d.h. die Fähigkeit einer Person, ihre persönlichen Ziele zu verfolgen, um Grundbedürfnisse zu befriedigen, mobil zu sein, soziale Beziehungen aufzubauen und zu pflegen, zu lernen usw.) und *Umweltkontext*.

2. Vergleich dieser durch mobile Messung (d.h. mit Smartphones sowie weiteren mobilen Geräten) gewonnenen neuen Kennwerte mit Standardmessungen, die weniger direkten Bezug zum Alltag haben (z. B. rückblickende Fragebögen).

Jede länderspezifische Teilstudie wird sich um diese realitätsnahe, sensorgestützte Bewertung von Aktivitäten aus verschiedenen Lebensbereichen als Kernelemente der Funktionsfähigkeit drehen, die an den kulturellen Kontext in jedem Land angepasst und um länderspezifische Bewertungen sowie Schlüsselindikatoren für die intrinsische Kapazität und das Umfeld erweitert wird. Das Ergebnis wird ein einzigartiger globaler Datensatz von wichtigen Anhaltspunkten des gesunden Alterns sein, die auf alltagsnahe Weise gemessen werden und auf die Funktionsweise und Erfahrungen des täglichen Lebens älterer Erwachsener weltweit eingehen. Die so gewonnenen Informationen werden zum Zweiten Weltbericht über Altern und Gesundheit beitragen, den die WHO im Herbst 2020 veröffentlichten wird, um die «Dekade des gesunden Alterns 2020-2030» einzuleiten.

Dr. Christina Röcke ([christina.roecke@uzh.ch](mailto:christina.roecke@uzh.ch)),  
Stellvertretende Direktorin und Forschungsgruppenleiterin,  
UFSP Dynamik Gesunden Alterns





## Schweizer 100-Jährigen-Studie

Immer mehr Menschen werden in Zukunft das Alter von 100 Jahren erreichen. Tatsächlich werden jedes vierte Mädchen und jeder fünfte Junge, die nach 2014 geboren sind, hundertjährig werden. Deshalb ist es wichtig, dass wir diese Gruppe von «ältesten» Menschen untersuchen. Die bevorstehende «Swiss Centenarian Study» (Schweizer Hundertjährigen-Studie) wird Daten von Teilnehmenden in diesem Alter sammeln, um zum aktuellen Wissensstand über die einzigartige Lebenssituation der Hundertjährigen beizutragen. Dazu gehören Informationen über ihre medizinischen, psychiatrischen, psychologischen und soziologischen Umstände, um die funktionellen und gesundheitlichen Bedürfnisse und Ressourcen der Hundertjährigen zu erforschen. Das vom SNF Förderungsprogramm «Synergia» finanzierte Projekt ist eine schweizweite Zusammenarbeit unter der Leitung von Prof. Daniela Jopp (Universität Lausanne) sowie den Co-Investigatoren Prof. Armin von Gunten (Universitätsspital Lausanne), Prof. Stefano Cavalli (Fachhochschule der italienischen Schweiz) und Prof. François Hermann (Universität Genf).

Die UFSP-Mitglieder Prof. Mike Martin, Dr. Christina Röcke und Dr. Birthe Macdonald sind an diesem Projekt beteiligt und werden für die

Datenerhebung im deutschsprachigen Raum der Schweiz verantwortlich sein.

Das Hauptziel der Studie ist es, die Verwundbarkeit und Widerstandsfähigkeit von Hundertjährigen zu untersuchen, um Wege zu finden, ihre Bedürfnisse und Fähigkeiten bestmöglich zu unterstützen. Eine weitere zentrale Frage ist, ob in diesem Lebensabschnitt und trotz unvermeidlicher Gesundheitsprobleme, die mit dem hohen Lebensalter einhergehen, ein erfolgreiches Altern und ein erfülltes Leben möglich sind. Das Projekt wird einen längsschnittlichen, biopsychosozialen Ansatz verfolgen und es werden in regelmässigen Abständen Informationen sowohl von Hundertjährigen selbst als auch von ihnen nahestehenden Personen gesammelt. Darüber hinaus werden die Ergebnisse sowohl zwischen den Regionen innerhalb der Schweiz als auch mit Hundertjährigen-Studien weltweit verglichen, um die Rolle von Kontext und Kultur in der Gesundheitsentwicklung der Hundertjährigen zu untersuchen. Die Ergebnisse dieser Studie werden die Planung des öffentlichen Gesundheitswesens beeinflussen können und die Entwicklung von Strategien ermöglichen, die dazu beitragen, auf die Bedürfnisse einer wachsenden Anzahl sehr alter Menschen einzugehen.

Dr. Birthe Macdonald ([birthe.macdonald@uzh.ch](mailto:birthe.macdonald@uzh.ch))

Längsschnittforschung des Alterns,  
UFSP Dynamik Gesunden Alterns



# Interviews



Dr. Marc Grosjean, Wissenschaftlicher Projektentwickler und –manager am UFSP Dynamik Gesunden Alterns, hat wiederum Interviews mit Forschenden durchgeführt.

## Partnerschaft und Gesundheit: Ein Interview mit Dr. Janina Lüscher



Dr. Janina Lüscher,  
Oberassistentin,  
UFSP Dynamik Gesunden Alterns  
([janina.luescher@psychologie.uzh.ch](mailto:janina.luescher@psychologie.uzh.ch))

**Dr. Marc Grosjean:** *Wie sind Sie zur Angewandten Psychologie gekommen und was interessiert Sie an der (sozialen) Regulation des Gesundheitsverhaltens im Alltag?*

**Dr. Janina Lüscher:** Ich war schon immer daran interessiert, das Zusammenspiel zwischen Körper und Geist zu untersuchen. Während meines Studiums wurde mir klar, dass ich Forschung betreiben möchte, die im Alltag von Menschen eine wichtige Rolle spielt. Und genau das tue ich jetzt. Was mich an der Angewandten Psychologie nach wie vor fasziniert, ist, dass sie sich nicht nur mit der Verbindung von Geist und Körper beschäftigt, sondern diese mit praktischen Herausforderungen verknüpft und das Know-how der Öffentlichkeit zugänglich macht. Die soziale Regulation des Gesundheitsverhaltens ist ein wichtiges Thema. Ungesunde Lebensstile wie Rauchen oder körperliche Inaktivität sind eine grosse Belastung und es gibt Hinweise darauf, dass soziale Austauschprozesse sehr wichtige Faktoren für die körperliche wie auch die geistige Gesundheit sind. Bisher konzentrierte sich die Forschung zu sozialen Austauschprozessen vor allem auf Individuen. Im Alltag sind jedoch die meisten Individuen in enge Beziehungen eingebettet, von denen viele dyadisch sind, also zum Beispiel romantische Paare. Tatsache ist jedoch, dass wenig über die Rolle bekannt ist, die ein Partner oder eine Partnerin für die Gesundheit spielen kann. Genau das möchte ich ändern.

*Sie starten eine neue Studie zur sozialen Unterstützung und dem dyadischen Management von Typ II Diabetes bei Paaren. Was ist das Hauptziel dieser Studie und wie bringen Sie dieses mit der Forschungsagenda des UFSP Dynamik Gesunden Alterns in Verbindung?*

Diabetes mellitus Typ II ist eine häufige chronische Erkrankung. In den USA hat beispielsweise mehr als jeder vierte Erwachsene ab 65 Jahren eine Diabetes-Diagnose. Die Zahlen nehmen auch in der Schweiz zu. In der Dymand (Dyadic Management of Diabetes)-Studie möchte ich mehr über den dyadischen Umgang mit Diabetes Typ II in Bezug auf Lebensstilfaktoren wie gesunde Ernährung und körperliche Aktivität im Alltag von Paaren erfahren. Neue Technologien wie Smartphones ermöglichen es uns, das Leben so zu untersuchen, wie es gelebt wird. Die Studie besteht aus zwei Phasen der Datenerhebung: Die erste Phase ist eine lebensnahe Beobachtungsphase der Paargespräche im täglichen Leben. Die zweite Phase ist eine Beobachtungsstudie im Labor, in der Paare Themen im Zusammenhang mit ihrem Diabetes-Management diskutieren. Für die weitere Forschung und Praxis ist es entscheidend, die Auswirkungen eines Partners oder einer Partnerin auf das dyadische Management von Diabetes Typ II durch ein Paar zu identifizieren. Der UFSP Dynamik Gesunden Alterns bietet ein hervorragendes Umfeld, um solche Forschungsfragen zu beantworten, denn ein Ziel des UFSP ist es, die lebenslange Gesundheit mit mobiler ambulanter Beurteilung im wirklichen Leben zu analysieren.

*Welche Ratschläge würden Sie aus praktischer Sicht Personen geben, die gesundheitliche Probleme haben oder bei denen ein Risiko besteht, solche zu entwickeln?*

Es ist immer schwierig, allgemeine Ratschläge zu geben. Aber nehmen wir an, dass jemand gefährdet ist, eine chronische Krankheit wie Diabetes Typ II zu entwickeln und von einem praktischen Gesundheitsexperten oder einer Gesundheitsexpertin Hilfe benötigt, wie er oder sie einen gesünderen Lebensstil führen kann, da Typ II Diabetes stark mit einem ungesunden Lebensstil verbunden ist. Wir wissen aus der Theorie, dass es nicht ausreicht, nur Wissen in Form einer Broschüre oder Ähnlichem zu vermitteln. Ein gesundes Verhalten im Alltag zu zeigen, wie sich mehr zu bewegen oder sich gesün-



der zu ernähren, erfordert ständige Selbstregulierungsmaßnahmen. Es gibt Hinweise darauf, dass es z.B. hilfreich ist, konkrete Pläne zu erstellen, wann, wo und wie man ein gesundes Verhalten zeigt oder das eigene Verhalten beobachtet, um zu beurteilen, ob es den eigenen Zielen entspricht. Die Regulation der Gesundheit findet im Alltag jedoch oft in einem

dyadischen Kontext der Partnerschaft statt. Daher ist es am besten, einen Partner oder eine Partnerin an Bord zu holen und anzuleiten, wie man den gefährdeten Partner, respektive die gefährdete Partnerin am besten unterstützt.

## Raumzeitliche Dynamik von Alter und Mobilität: Ein Interview mit Dr. Eun-Kyeong Kim



Dr. Eun-Kyeong Kim,  
Postdoktorandin,  
UFSP Dynamik Gesunden Alterns  
([eun-kyeong.kim@geo.uzh.ch](mailto:eun-kyeong.kim@geo.uzh.ch))

**Dr. Marc Grosjean:** Was kamen Sie dazu, geographische Informationswissenschaftlerin zu werden und ein besonderes Interesse an der räumlich-zeitlichen Dynamik von Altern und Mobilität zu entwickeln?

**Dr. Eun-Kyeong Kim:** Als ich mit dem Studium begann, hatte ich nicht geplant, Geographin zu werden. Ich wollte mich aus finanziellen Gründen auf die Wirtschaft konzentrieren, bis ich während meines ersten Studienjahres an Forschungsprojekten für Studienanfänger im Bereich Geographische Informationswissenschaften (GIScience) teilnahm. Die Projekte dort beeindruckten mich sehr. Sie zeigten auf, wie GIScience helfen kann, viele praktische Probleme in unserem Alltag zu analysieren und zu verstehen. Mir gefiel die Tatsache, dass die Geographie soziale Gleichheit und Nachhaltigkeit bei der Betrachtung realer Probleme berücksichtigt. Deshalb wollte ich als GIS-Wissenschaftlerin einen Beitrag zur Geographie leisten und Werkzeuge für die Geographieforschung entwickeln.

Als ich auf die Idee der «Zeitgeographie» des schwedischen Geographen Torsten Hägerstrand aufmerksam wurde, realisierte ich, dass geographische, zeitliche und soziale Zwänge die Verhaltensmuster in unserem Alltag prägen. Ohne Berücksichtigung der zeitlichen Dynamik können viele geographische Phänomene, einschliesslich unseres räumlichen Verhaltens und unserer Entscheidungsfindung, nicht vollständig verstanden werden. Seitdem habe ich analytische Methoden

entwickelt, die die zeitliche Dynamik geographischer Phänomene erfassen.

Aus Sympathie mit sozial ausgegrenzten Personen interessiere ich mich für die Ausgrenzung von Menschen aufgrund ihrer eingeschränkten Mobilität, eingeschränkter Erreichbarkeit oder aufgrund von sozialen Einschränkungen. Denn der Zugang zu einer Vielzahl von bedeutsamen Orten in der modernen Gesellschaft steht in direktem Zusammenhang mit den Möglichkeiten, die Menschen haben, ihre Lebensqualität zu erhalten und zu verbessern. Mit einem zunehmenden Anteil älterer Erwachsener und mehr Einpersonenhaushalten kann Mobilität zur Förderung eines gesunden Alterns beitragen. Sie verhindert z. B. soziale Isolation und verbessert den physischen Zugang zu hochwertigen Lebensmitteln, Gesundheitsdienstleistungen und Unterhaltungsveranstaltungen.

*Sie sind derzeit Postdoktorandin im interdisziplinären Projekt MOASIS (Mobilität, Aktivität und soziale Interaktionen-Studie) am UFSP Dynamik Gesunden Alterns. Was sind die Hauptziele Ihrer Forschung in diesem Projekt an der Schnittstelle von Geoinformatik und Alterspsychologie?*

Im Rahmen des MOASIS-Projekts möchte ich das Zusammenspiel zwischen dem menschlichen Mobilitätsverhalten älterer Erwachsener, ihrem geistigen und körperlichen Zustand und ihren sozialen Interaktionen untersuchen. Dazu habe ich erstens ein raumzeitliches Modell entwickelt, um einzelne oder zusammengefasste Fahrmuster zu erfassen und auf grosse GPS- und Vermessungsdatensätze anzuwenden. So können z. B. Unterschiede zwischen verschiedenen Altersgruppen untersucht werden. Das Verfahren beinhaltet die automatische



Erkennung von speziellen Orten (z. B. Supermarkt, Theater, das eigene Zuhause, etc.), die bedeutungsvoller sind als rein geographische Koordinaten. Zweitens haben meine Kollegen und ich umfassende Mobilitätsindikatoren aus Selbstberichten und sensorgestützten Standortdaten der täglichen Mobilität älterer Menschen untersucht. Ich prüfe nun die tägliche Mobilität der MOASIS-Teilnehmenden und ihre Längsverschiebungen über den Studienzeitraum. Drittens arbeite ich mit Psychologen zusammen, um Transkripte der täglichen Gespräche älterer Erwachsener zu analysieren und ortsbezogene Gespräche zu erkennen. Dieser Ansatz verwendet maschinelle Lernalgorithmen, um die ortsbezogenen Merkmale aus den Transkripten zu erkennen.

*Sie haben kürzlich ein Seminar zum Thema «Mobilität und Gesundheit: Fortschritte in theoretischen und quantitativen Methoden» beim 22. Europäischen Kolloquium über theoretische und quantitative Geographie in Luxemburg mitorganisiert. Was waren die wichtigsten Botschaften zum Mitnehmen aus dem Treffen und wie sehen Sie die Entwicklung dieses Bereichs von hier aus?*

In zwei Sitzungen zum Thema «Mobilität und Gesundheit» wurden verschiedene Themen be-

handelt, darunter Mobilität und Gesundheit für junge und ältere Erwachsene, Zugang zu Lebensmitteln, Interventionen für Suchtverhalten auf der Grundlage einer ortsbezogenen mobilen App, emotionsbezogene Analyse von geo-markierten sozialen Medien, Gehfähigkeit sowie der Einfluss von Migration auf die Gesundheit. Die Beteiligten dieser Forschungsprojekte mit tragbaren sensorgestützten Geräten (z.B. GPS) tauschten ihre Erfahrungen aus und skizzierten mögliche Probleme im Zusammenhang mit dem Einsatz dieser Technologien. Besonders interessant war eine Geschichte eines Suchtforschers. Studienteilnehmende, die wussten, dass sie von einem Gerät überwacht wurden, schalteten dieses in bestimmten Situationen aus. Sie enthüllten damit, dass sie etwas vor dem Forscher verbergen wollten, konnten aber nicht vertuschen, dass sie etwas Unerwünschtes taten. Solche Lücken in sensorgestützten Daten werden häufig gefunden und deuten auf eine der Herausforderungen hin, mit denen Forschende konfrontiert sind, wenn sie sich auf solche Technologien in der Verhaltenswissenschaft verlassen.



# Aktuelle Studien



Der UFSP Dynamik Gesunden Alterns befasst sich mit interessanten und vielseitigen Forschungsfragen zum Thema «Erhaltung der Lebensqualität». Folgend stellen wir Ihnen einige Projekte vor, für die wir aktuell Studienteilnehmende suchen. Sie finden alle laufenden Studien auf unserer Webseite:

[www.dynage.uzh.ch/de/studienteilnahme/aktuell](http://www.dynage.uzh.ch/de/studienteilnahme/aktuell)

Bei Fragen zum Inhalt und zur Teilnahme an einer der beschriebenen Studien richten Sie sich bitte direkt an die Kontaktperson des jeweiligen Projekts. Für allgemeine Fragen zur Studienteilnahme oder zum UFSP Dynamik Gesunden Alterns können Sie sich gerne an Corinne Boillat wenden:



Corinne Boillat, Forschungstechnische Assistentin

Telefon: +41 44 634 53 76 (Mo-Do)

E-Mail: [studien@dynage.uzh.ch](mailto:studien@dynage.uzh.ch)

Wir freuen uns, wenn Sie teilnehmen!

## Partnerschaft und Diabetes

Diabetes Typ II kommt im höheren Erwachsenenalter oft vor. Die soziale Unterstützung der Partnerin/ des Partners und die gemeinsame Bewältigung dieser chronischen Krankheit beeinflussen dabei sowohl das Gesundheitsverhalten wie auch das Wohlbefinden. Um mehr darüber zu erfahren, suchen wir für diese Studie Paare, von denen eine Person an Diabetes mellitus Typ II erkrankt ist und die seit mindestens einem halben Jahr zusammenwohnen.

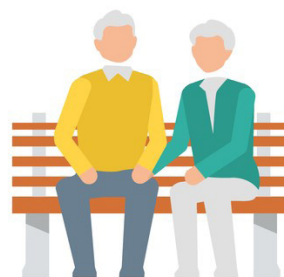
### Ablauf:

Sie kommen für zwei Sitzungen à 1 bis 2 Stunden nach Zürich-Oerlikon. Während einer Woche tragen Sie verschiedene mobile Sensoren bei sich und füllen auf einem Smartphone zweimal täglich einen kurzen Fragebogen und ein Abendtagebuch aus.

Mit Ihrer Teilnahme leisten Sie einen wichtigen Beitrag zur Diabetesforschung und dem Umgang mit der Krankheit im Alltag. Als Dankeschön erhalten Sie als Paar CHF 100.– sowie die Ergebnisse der Studie.

**Kontakt:** Janina Lüscher, [partnerschaft.diabetes@psychologie.uzh.ch](mailto:partnerschaft.diabetes@psychologie.uzh.ch)

In dieser Studie wird folgender Aspekt von Lebensqualität im Alter untersucht:  
**Gesundheitsverhalten in der Partnerschaft**





## Lebensverläufe nach schwierigen Erlebnissen in der Kindheit und Jugend

Prägende Ereignisse in der Vergangenheit, speziell in der Kindheit und Jugend, können vielfältige und tiefgreifende Auswirkungen auf das spätere Leben haben. Das Ziel der Studie ist es, sowohl Beeinträchtigungen als auch positive Entwicklungen nach schwierigen Erfahrungen in der Vergangenheit im höheren Alter zu untersuchen. Dazu suchen wir Personen, die mindestens 65 Jahre alt sind und Schweizerdeutsch als Muttersprache haben.

In dieser Studie wird folgender Aspekt von Lebensqualität im Alter untersucht:  
Facetten psychischer und physischer Gesundheit

### Ablauf:

Eine Studienteilnahme besteht aus vier persönlichen Interviews. Die ersten beiden Interviews werden im Herbst 2019 durchgeführt. Die weiteren zwei Interviews finden 18 Monate später statt. Ein Interview dauert max. 2 Stunden. Es kann entweder am Psychologischen Institut der Universität Zürich in Oerlikon oder bei Ihnen zu Hause stattfinden. Zusätzlich bitten wir Sie, zwei Mal eine Serie von Fragebögen auszufüllen.

Für die gesamte Studienteilnahme erhalten Sie CHF 480.–. Zusätzlich können allfällige Reisekosten (2.Klasse, Halbtax) gegen Vorlage einer entsprechenden Quittung rückvergütet werden.

**Kontakt:** Viviane Pfluger, +41 76 604 35 57 (Montag bis Freitag 9-16 Uhr),  
[NRP76.studie@psychologie.uzh.ch](mailto:NRP76.studie@psychologie.uzh.ch)

## Beziehungsglück im Alter

Sie sind im Umgang mit Ihren Mitmenschen eher zurückhaltend und möchten dies gerne ändern? Unsere Studie erforscht die Wirksamkeit von kurzen Trainings zur Veränderung oder Stabilisierung von Verhaltensweisen in sozialen Interaktionen.

Für dieses «Flirtkompetenztraining» suchen wir Personen, die 60 Jahre oder älter und psychisch gesund sind sowie den Wunsch haben, häufiger und/oder entspannter mit anderen Menschen in Kontakt zu treten. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie alleinstehend oder in einer Beziehung sind.

### Ablauf:

Sie nehmen an einem etwa dreistündigen Gruppenseminar in Zürich Oerlikon teil. Kurz vor und einige Wochen nach dem Training füllen Sie je einen kurzen Fragenbogen aus. Für das Seminar stehen Ihnen folgende Termine zur Auswahl:

- **Dienstag, 12. November 2019, 9 – ca. 12 Uhr**
- **Donnerstag, 14. November 2019, 14 – ca. 17 Uhr**

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, welche Termine Ihnen passen.

**Kontakt:** Nadia Ott, [nadia.ott@uzh.ch](mailto:nadia.ott@uzh.ch)

In dieser Studie wird folgender Aspekt von Lebensqualität im Alter untersucht:  
Soziale Beziehungen

# Neuigkeiten



## Abgeschlossene Dissertationen

Wir gratulieren Brian Cardini, Marko Katana, Alexander Seifert und Mirjam Stieger zum Abschluss ihrer Dissertationen und wünschen ihnen für die weitere Zukunft alles Gute!



### **Brian Cardini**

Brian Cardini verteidigte seine Dissertation mit dem Titel «Am I There Yet? A Motivational Life-Span Approach to Exhaustion and Recovery» am 21. Juni 2019 (Betreuung: Prof. Dr. Alexandra M. Freund). Derzeit beendet er seinen Zivildienst als Forscher am Zentrum für Chronobiologie der Universität Basel.



### **Marko Katana**

Marko Katana verteidigte seine Dissertation mit dem Titel «Dynamics of Intra-individual Variability in Everyday Life Affect Across Adulthood and Old Age» am 4. Juni 2019 (Betreuung: Prof. Dr. Mathias Allemand). Seine Position beim UFSP Dynamik Gesunden Alterns wurde von der Jacobs Foundation unterstützt. Marko Katana ist heute als Datenanalyst und Berater bei Ernst & Young tätig.



### **Alexander Seifert**

Alexander Seifert hat seine Dissertation mit dem Titel «Determinants, Directions, Outcomes, and Measurement of Socio-spatial Context in Old Age: The Example of Neighboring» am 3. Juli 2019 erfolgreich verteidigt (Betreuung: Prof. Dr. Jörg Rössel und Prof. Dr. Mike Martin). Er wird seine Arbeit als Postdoc am Institut für Soziologie und am Zentrum für Gerontologie (auch als assoziierter Forscher am UFSP Dynamik Gesunden Alterns) fortsetzen, wo er sich mit der digitalen Transformation unseres Alltags beschäftigt.



### **Mirjam Stieger**

Mirjam Stieger verteidigte ihre Dissertation mit dem Titel «Short-Term Personality Change - The Role of the Environment and Digital Intervention» am 11. Juli 2019 (Betreuung: Prof. Dr. Mathias Allemand). Im September begann sie als Postdoc bei Prof. Margie Lachman an der Brandeis University, USA, im Rahmen des Lifespan Developmental Lab zu arbeiten.



## Neue Mitarbeitende

Wir heissen unsere neuen Postdoktoranden Dr. Zofia Baranczuk und Dr. Christian Pfeiffer herzlich willkommen!



### Dr. Zofia Baranczuk

- *Postdoc* – Methoden der Plastizitätsforschung (davor Institut für globale Gesundheit, Universität Genf, Schweiz)
- Dr. Zofia Baranczuk untersucht die neuronalen Mechanismen des kognitiven Alterns. Sie konzentriert sich auf einen maschinell lernenden Ansatz, um die Faktoren zu identifizieren, die den kognitiven Rückgang im Alter beeinflussen.



### Dr. Christian Pfeiffer

- *Postdoc* – Methoden der Plastizitätsforschung (davor Universitätsspital Lausanne, Schweiz)
- Dr. Christian Pfeiffer untersucht altersbedingte Unterschiede in der kognitiven Leistungsfähigkeit und der elektrischen neuronalen Aktivität zwischen jungen und älteren Erwachsenen. Er konzentriert sich auf die rechnerische Modellierung von Eyetracking- und Elektroenzephalographie(EEG)-Daten.

## Auszeichnungen

Ganz herzlich gratulieren wir Dr. Burcu Demiray für die tolle Anerkennung ihrer Forschung!

### Dr. Burcu Demiray

Dr. Burcu Demiray wurde mit einem der diesjährigen Vontobel-Preise für Alter(n)sforschung ausgezeichnet. Diese angesehene Auszeichnung unterstützt gerontologische Forschung in der Schweiz aus allen Wissenschaftsbereichen und möchte damit auch die Öffentlichkeit für Fragen des Alterns in der Gesellschaft sensibilisieren. Dr. Burcu Demiray wurde für ihre Arbeit über Erinnerung in Alltagsgesprächen älterer Erwachsener ausgezeichnet (Originaltitel: «Reminiscence in Everyday Conversations: A Naturalistic Observation Study of Older Adults»). Einen Beitrag über ihre Arbeit finden interessierte Lesende im Newsletter 8 vom Juni 2019 ab Seite 3 . [Zu den bisherigen Newslettern](#).

Weitere Informationen zur Preisverleihung 2019 und den Preisträgerinnen:  
[www.zfg.uzh.ch/de/forsch/preis/2019.html](http://www.zfg.uzh.ch/de/forsch/preis/2019.html)



Preisträgerin Burcu Demiray und  
Rektor Michael Hengartner

# Veranstaltungen



## Eine Auswahl an Veranstaltungen zu Alter und Partizipation

6. November 2019 bis 11. Dezember 2019 (Mi, 18:15 - 19:45 Uhr) **Ringvorlesung «Citizen Science – Potentiale für eine transformative Wissenschaft»**, in Zürich, teilweise in Englischer Sprache  
Partizipative Wissenschaftsakademie und Citizen Science Center Zürich  
Programm und Ort finden Sie [hier](#).
- April 2019 bis März 2020 (durchgehend) **«forever young. Willkommen im langen Leben»**, Ausstellung in Bern  
Berner Generationenhaus  
zur Ausstellung in Bern: [begh.ch/ausstellung](http://begh.ch/ausstellung)  
zur Webseite mit Videos: [foreveryoung.ch](http://foreveryoung.ch)
6. November 2019 bis 18. Dezember 2019 (Mi, 12 - 14 Uhr) **Ringvorlesung «Alter im Märchen»**, in Zürich  
ISEK - Institut für Sozialanthropologie und Empirische Kulturwissenschaft der Universität Zürich  
Programm und Ort finden Sie [hier](#).
6. November 2019 bis 4. Dezember 2019 (Mi, 18:15 - 19:45 Uhr) **Ringvorlesung «Digital Democracy: How Digital Technology Is Changing Democracy»**, in Zürich, teilweise in Englischer Sprache  
Digital Society Initiative, Universität Zürich  
Programm und Ort finden Sie [hier](#).
18. November 2019 (17:30 - 19:00 Uhr) **2. Projektatelier der Partizipativen Wissenschaftsakademie**, in Zürich  
Partizipative Wissenschaftsakademie, Universität Zürich  
Details finden Sie [hier](#).



### **Impressum und Kontakt**

Universität Zürich, UFSP Dynamik Gesunden Alterns, Andreasstrasse 15 / Box 2, 8050 Zürich

Der UFSP Studien-Newsletter erscheint zwei Mal jährlich in elektronischer Form und kann auf unserer Webseite abonniert werden: [www.dynage.uzh.ch/de/studienteilnahme/newsletter.html](http://www.dynage.uzh.ch/de/studienteilnahme/newsletter.html)

### **Redaktion und Gestaltung**

Corinne Boillat (Forschungstechnische Assistentin), Telefon: +41 44 634 53 76 / E-Mail: [corinne.boillat@uzh.ch](mailto:corinne.boillat@uzh.ch)

### **Leitung des UFSP Dynamik Gesunden Alterns**

Prof. Dr. rer. nat. Lutz Jäncke (Ko-Direktor)

Prof. Dr. Mike Martin (Ko- Direktor)

Prof. Dr. med. Edouard Battegay (Stellvertretender Direktor)

Prof. Dr. med. Dr. PH Heike Bischoff-Ferrari (Stellvertretende Direktorin)

Dr. Christina Röcke (Stellvertretende Direktorin)