



Für unsere neue Schlafstudie sind wir auf der Suche nach Versuchsteilnehmenden

In der Studie wird untersucht, wie sich die Vertrautheit einer Umgebung und Situation auf den Schlaf und dessen Qualität auswirken. Die Studie umfasst vier Nächte. An jedem Studienabend kommen Sie ins Schlaflabor der Fachrichtung Kognitive Biopsychologie und Methoden der Universität Freiburg. Um den Schlaf objektiv messen und analysieren zu können, werden Ihnen Elektroden auf den Kopf und aufs Gesicht geklebt. Zwei der vier Nächte schlafen Sie dann im Schlaflabor. In den anderen zwei Nächten gehen sie nach dem Bekleben wieder nach Hause und schlafen wie gewohnt in Ihrem Schlafzimmer. Vor und nach dem Schlaf werden Sie einige Fragebögen beantworten.

Ort

Psychologisches Institut, Rue P.A. de Faucigny 2, 1700 Fribourg
➔ Regina Mundi C-01.100 (Schlaflabor)

Dauer

Die Sitzungen beginnen jeweils ca. um ca. 21:00 Uhr und enden am nächsten Morgen (spätestens 8 Uhr bei einer Nacht im Schlaflabor)

Wichtiger Hinweis

Es ist sehr wichtig, dass Sie den Termin jeweils in einem einwöchigen Intervall einhalten können. An dem Versuchstag ab 14:00 Uhr keinen Kaffee (oder sonstige koffeinhaltige Getränke) zu sich nehmen. Sowie der Verzicht von Alkohol einen Tag vor dem Experiment sowie am Experimentaltag selbst. Weiterhin ist wichtig, dass Sie keine Drogen konsumieren. Des Weiteren bitten wir Sie, an diesen Tagen nicht zu spät (zwischen 07:00- 8:00 Uhr) aufzustehen.

Kriterien

- „Gesunde Schläfer“
- Frauen und Männer
- 18-35 Jahre alt
- Alleine im Zimmer/Bett schlafen
- Keine Schichtarbeit / Interkontinentalflüge für mindestens 30 Tage
- Keine physische / psychische / neurologische Erkrankung, welche den Schlaf beeinflussen
- Muttersprache Deutsch / Schweizerdeutsch / Französisch / Italienisch / Englisch
- Keine Teilnahme an früheren Schlafstudien für mindestens 1 Jahr

Entschädigung

160.- CHF (anteilmässige Bezahlung bei Abbruch). Für Studierende der Psychologie besteht die Möglichkeit 10 Versuchspersonenstunden + 40 CHF zu erhalten.

Bei Interesse wenden Sie sich an:

sleepstudy.fribourg@gmail.com