

Wenn du das machst, dann mach ich's auch!

ADHÄRENTES TRAGEN VON AKZELEROMETERN BEI PAAREN

Friederike Buchallik & Lena Stühmann
Freie Universität Berlin, AB Gesundheitspsychologie

THEORETISCHER HINTERGRUND

Partnerschaftliche Austauschprozesse spielen eine bedeutsame Rolle bei der Ausübung von körperlicher Aktivität [1].

Akzelerometer ermöglichen die objektive Erfassung körperlicher Aktivität, erfordern jedoch ein **adhärentes (regelmäßiges) Trageverhalten** [2].

Wenig ist bislang über gegenseitige Ansteckungseffekte zwischen Partner/innen beim Tragen von Akzelerometern bekannt. Partnerschaftliche Charakteristiken, wie z.B. die **Beziehungsdauer**, könnten hierbei relevant sein [3].

Ziel: Untersuchung von Ansteckungsprozessen im Trageverhalten von Akzelerometern bei Paaren



FORSCHUNGSFRAGEN

**Stecken sich Partnerinnen und Partner in ihrem Trageverhalten an?
Moderiert Beziehungsdauer diese Partnereffekte?**

METHODEN

STICHPROBE

346 heterosexuelle Paare

Alter (in Jahren):

- Spannweite: 19 - 80
- $M = 39,42$; $SD = 15,66$

Beziehungsdauer (in Jahren):

- Spannweite: 0,58 - 58,37
- $M = 11,6$; $SD = 12,86$

Daten erhoben im Projekt „Bewegter Alltag“

ABLAUF UND MESSUNG

7 Tage Tragen eines Akzelerometers (Actigraph GT3X+)

Baseline
Beziehungs-
dauer



Tragezeit des Akzelerometers (Min/Tag) = Adhärenz

- Spannweite: 657,50 - 1142,43
- $M = 877,90$; $SD = 70,12$

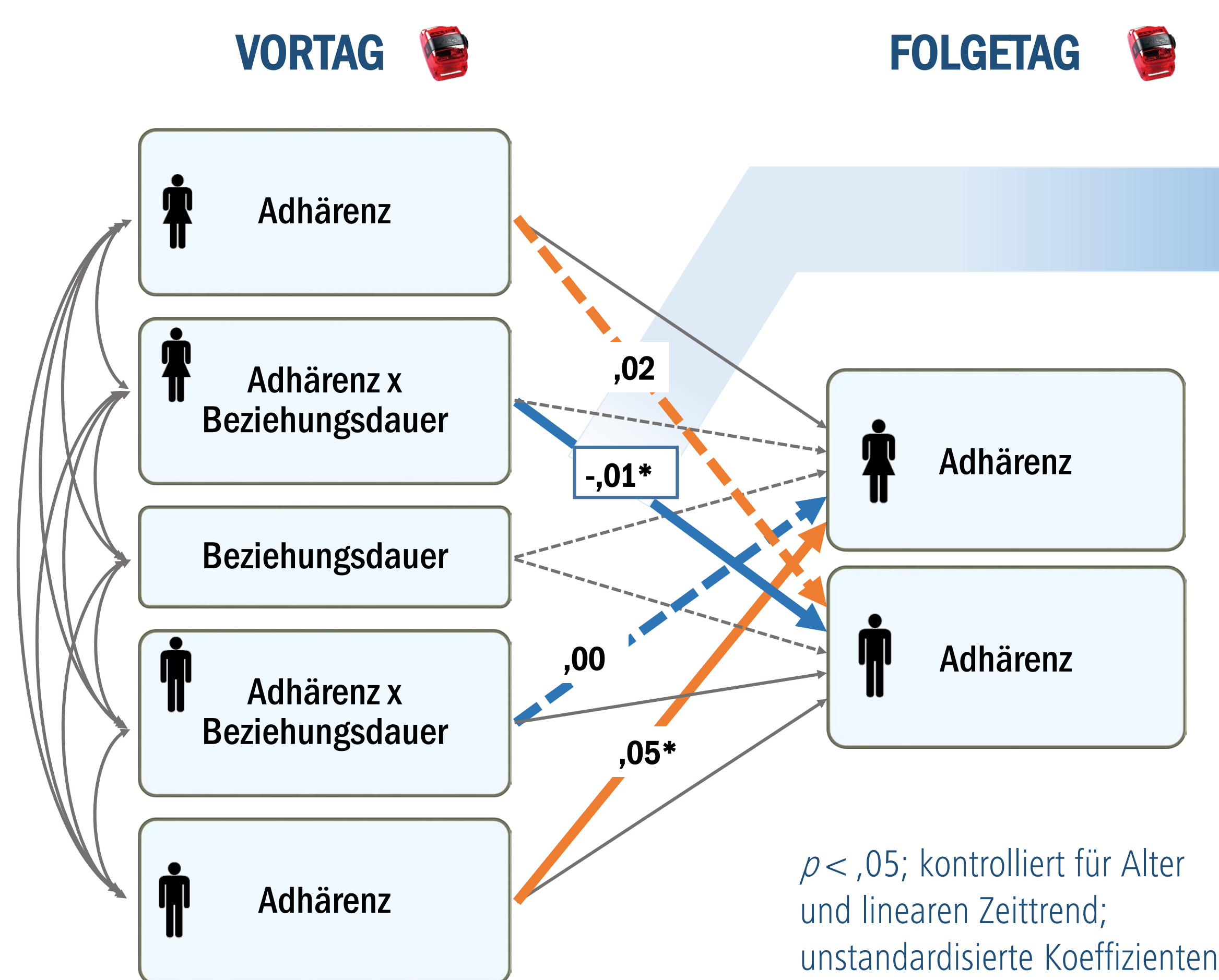
ANALYSE

$n = 314$ Paare

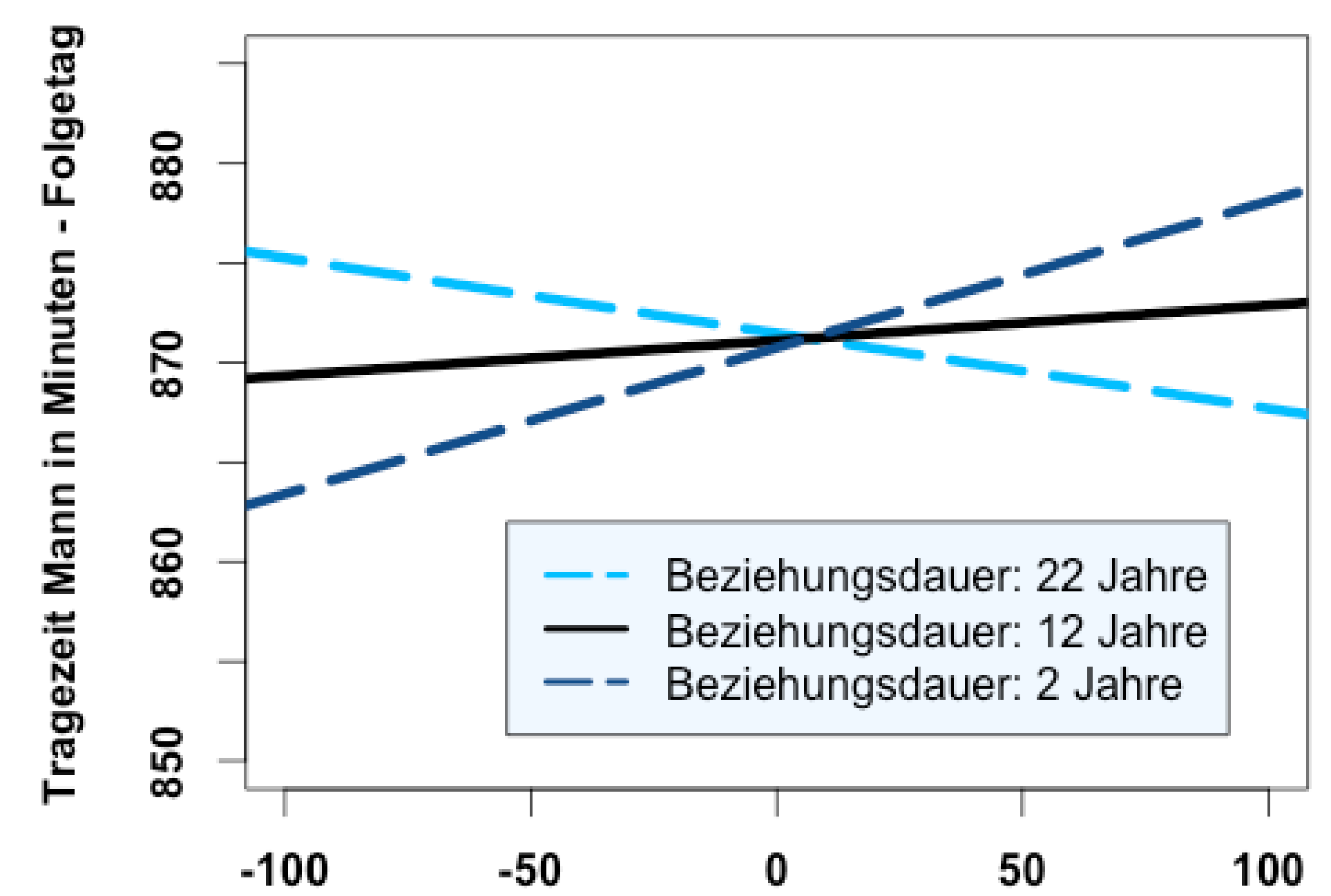
Akteur-Partner-Interdependenz-Modell [4] via SPSS:

- Mehrebenenanalyse
- längsschnittliche Modellierung
- Moderatoranalyse [5]

ERGEBNISSE



Moderatoreffekt der Beziehungsdauer



Tragezeit Frau in Minuten - Vortag (zentriert)
Signifikanzregion Beziehungsdauer (in Jahren):
untere Grenze: 3,31; obere Grenze: 40,35

Partnereffekt (Haupteffekt) Adhärenz → Adhärenz am Folgetag

Partnereffekt (Interaktion) Adhärenz → Adhärenz am Folgetag bei kürzerer Beziehungsdauer

FAZIT

GESCHLECHTEREFFEKTE

- Frau trägt den Akzelerometer, wenn Mann ihn trägt
- nur bei kürzerer Beziehungsdauer lässt sich der Mann auch von der Frau anstecken
→ junge Beziehungen = mehr Raum für Ansteckung?

IMPLIKATION

Ansteckungseffekte (bei Paaren) haben Potenzial zur Gewährleistung der Adhärenz im Rahmen von Studien und Präventionsprogrammen:
„Wenn du ihn trägst, dann trage ich ihn auch!“

Literatur

- [1] Khan, C. M., Stephens, M. A. P., Franks, M. M., Rook, K. S., & Salem, J. K. (2013). Influences of spousal support and control on diabetes management through physical activity. *Health Psychology, 32*(7), 739-747. doi:10.1037/a0028609
- [2] Evenson, K. R., Sotres-Arreola, D., Deng, Y. U., Marshall, S. J., Isasi, C. R., Esliger, D. W., & Davis, S. (2015). Accelerometer Adherence and Performance in a Cohort Study of US Hispanic Adults. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 47*, 725-734.
- [3] Kamrath, L. K., Peetz, J., Hara, K., Demarco, A., Wood, K., Kirkconnell, J., ... & Allan, T. (2015). It's a matter of time: The effect of depletion on communal action in romantic relationships is moderated by relationship length. *Journal of personality and social psychology, 109*, 276.
- [4] Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2006). *Dyadic data analysis*. Guilford Press.
- [5] Ledermann, T., & Bodenmann, G. (2006). Moderator- und Mediator-effekte bei dyadischen Daten. *Zeitschrift für Sozialpsychologie, 37*, 27-40.
- [6] <https://www.flickr.com/photos/jfgomez/15179672449/in/photolist-p8eMLy-dqkz-7Fe15o-vANMj-BjqY6s-dqk8-7q2s4-4YmH4-VlexN-VYngg-Boaf5d-4bLzr-7QF2U8-5fVUj-qsDLZg-aaB6eM-qgRfp-a1ATd0-qXQRbC-nFN7g-katgk4-6fMj-9D7ja-9kzYl-9xg5S-5pKKVY-bEzXR-8R2k8-7A3mZ-bxtuu-96s8Ph-b2N9W-8Zp8jV-m3IQw-rij5jWj-fAvrej-4Yg3oz-84VhYq-dy7EnF-p4JPd-8JszSb-d3f9k-dKoaK-bBXmx7-xZ9TBs-ubvgdx-dKdncJ-88bmb-a6e9f8-9ZS8ea>

Kontakt:
f.buchallik@fu-berlin.de
l.stuehmann@fu-berlin.de