

Poster1

Termin: Mittwoch, 04.09.2024 · 11:00-12:00 Uhr

Raum: Im Bereich der Speakers Corner

Format: Postersession

Gamification-basierte Belohnungsstrukturen in freiwilligen psychologischen Trainingsprogrammen am Beispiel von trainSLEEP

TrainSLEEP ist ein von der Bundeswehr und der Charité Berlin entwickeltes, modularisiertes Online-Training, das den Nutzer*innen selbständig behaviorale und kognitive Techniken zur Verbesserung der eigenen Schlafqualität und Quantität beibringen möchte. Während gezielte Evaluationen die Nützlichkeit des Trainings aufzeigen und ein hohes initiales Interesse sich in hohen Anmeldezahlen widerspiegelt, zeigen Analysen der Nutzerdaten, dass nicht alle Teilnehmer*innen das Trainingsprogramm beenden.

Gamification-Ansätze bieten diverse Optionen, Nutzer*innen an ein Training zu binden, zum Beispiel indem zum einen die Teilnahme selbst als auch der finale Abschluss belohnender gestaltet werden können. Es soll daher ein review-basierter Überblick über die theoretische und empirische Grundlage hinter Gamification-basierten Belohnungsstrukturen in selbständig absolvierten Trainings geboten werden und anhand des Beispiels trainSLEEP unter Einbeziehung der Link & Learn Plattform diskutiert werden.

Speakers / Referierende:

- Oberregierungsrätin Dr. Sarah Eberhardt,
- Oberregierungsrätin Jessica Jung,
- Regierungsdirektor Oliver Daum,
Streitkräfteamt