054/2025 17.6.2025

**Mit Albträumen umgehen
Uni Osnabrück sucht Versuchsteilnehmerinnen und -nehmer**

Albträume können einem erholsamen Schlaf im Weg stehen. In einem Forschungsprojekt an der Uni Osnabrück soll nun eine neue Web-App als Selbsthilfe-Tool für den Umgang mit Albträumen untersucht werden. Gesucht werden dafür Versuchspersonen.

„Wir untersuchen, ob das KI-gestützte Selbsthilfe-Tool so gut dabei helfen kann, Albträume zu verringern wie menschliche Unterstützung“, so die Kognitionswissenschaftlerin Katharina Lüth, die die Studie mit ihrem Kollegen Prof. Dr. Gordon Pipa durchführt. Dabei liegt die Fragestellung insbesondere auf der Verringerung der Albtraumhäufigkeit und der damit verbundenen Belastung. Die Studie beinhaltet die Nutzung einer Web-App und das Ausfüllen von Online-Fragebögen, die über acht Wochen insgesamt fünf Mal ausgefüllt werden. Dies dauert jeweils ungefähr zehn Minuten. Interessierte können sich bis 30. Juni bei Madlen Peters (E-Mail: madpeters@uni-osnabrueck.de) melden. Nach Ende der Studie werden alle Teilnehmenden zu einem freiwilligen Austausch eingeladen.
Hier geht es direkt zur Studie: https://survey.academiccloud.de/index.php/291587?lang=de

**Weitere Informationen für die Redaktionen:**Katharina Lüth, Universität OsnabrückInstitut für KognitionswissenschaftE-Mail: katharina.lueth@uni-osnabrueck.de