



Der Tracker in der Schublade: Eine Untersuchung der Gründe zum Abbruch der Fitnesstracker-Nutzung

Tragbare Fitnesstracker haben das Potenzial, selbstreguliertes Gesundheitsverhalten zu unterstützen und so körperliche Fitness und kardiovaskuläre Gesundheit zu stärken. Viele Nutzer hören jedoch bereits nach wenigen Monaten wieder auf, ihren Tracker zu benutzen. Zur Identifikation von Nutzungsbarrieren sowie zum Verständnis der psychologischen Mechanismen, die in der Nutzungsbeendigung resultieren, ist es notwendig, ehemalige Nutzer*innen hinsichtlich ihrer Gründe für die Beendigung, ihrer ehemaligen Nutzungsvariablen und relevanter Personenvariablen zu charakterisieren. In der vorgestellten Studie untersuchten wir $N = 159$ ehemalige Nutzer*innen mittels eines Online-Fragebogens. Die Ergebnisse erlauben Einsicht in die relative Wichtigkeit der angegebenen Gründe für die Nutzungsbeendigung, in ehemalige Nutzungscharakteristika, in die Bewertung persönlicher Quantifizierung sowie Trackerakzeptanz und in Personenvariablen (Nutzungsmotivationen, Abhängigkeitseffekt, interaktionsbezogene Technikaffinität und Vertrauen in die Aktivitätsmessung). Mittels korrelativer Analysen konnte gezeigt werden, dass diverse Nutzungs- und Personenvariablen mit spezifischen Gründen für das Ende der Nutzung zusammenhängen. Darüber hinaus zeigte sich, dass Personen, die aufgehört haben, weil ihre Trackingmotivation verloren ging oder weil sie ihre langfristigen Aktivitätsziele erreichten, mit geringerer Wahrscheinlichkeit wieder mit dem Tracken beginnen würden.


Christiane Attig

Professur für Allgemeine und
Arbeitspsychologie, Technische
Universität Chemnitz

14. Mai 2019, 17:00 Uhr
G 300