

STAY healthy

EINE STUDIE DES
LEIBNIZ-INSTITUTS FÜR RESILIENZFORSCHUNG
UND DER JOHANNES GUTENBERG-UNIVERSITÄT



Leibniz-Institut für
Resilienzforschung

JG|U

Worum geht es?

Ziel der Studie ist es herauszufinden, wie die **psychische Gesundheit** und **Resilienz** von Berufstätigen gefördert werden kann. Dabei betrachten wir die selbstständige Gestaltung der Arbeit sowie die Rolle der Führungskraft. Uns interessieren besonders die Prozesse im Team, daher ist es wichtig, dass Führungskräfte und ihre Mitarbeitenden gemeinsam teilnehmen.

Was Sie erwartet

Es erwartet Sie eine sogenannte Tagebuchehebung. Das bedeutet Sie erhalten jeweils Mittags und zum Ende des Arbeitstages einen sehr kurzen Fragebogen. Sie können die Fragebögen bequem und flexibel über Smartphone oder Computer bearbeiten. Die Erhebung findet im Juni 2022 statt.

Was Sie davon haben

Im Anschluss an die dritte Befragung erhält jede Einzelperson:

- eine direkte individuelle **Rückmeldung zu den eigenen Arbeitsbedingungen und der Gesundheit**
- einen allgemeinen **Ergebnisbericht**, der die wichtigsten Erkenntnisse der Studie zusammenfasst sowie Tipps enthält

So können Sie teilnehmen

Alle Arbeitstätigen, die mindestens eine Teilzeitstelle von 50% innehaben, können an der Studie teilnehmen. **Als Mitarbeitende:** zeigen Sie Initiative und sprechen die Studie bei Ihrer Führungskraft an. **Als Führungskraft** schreiben Sie zur Teilnahme eine kurze Zusage an stayhealthy@uni-mainz.de - Ihr Team meldet sich in einem nachgelagerten Schritt an. Bei Rückfragen können Sie sich gerne per E-Mail an uns wenden.

Die Umfrage findet in pseudonymisierter Form und datenschutzkonform statt. Das bedeutet, dass wir zur Zusendung der Online-Umfragen zwar Ihre E-Mail-Adresse benötigen, diese aber nicht in Zusammenhang mit Ihren Angaben im Fragebogen bringen.

Ihre Ansprechpartnerinnen

Lina Müller & Miriam Arnold

Arbeits-, Organisations- und Wirtschaftspsychologie

Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Email: stayhealthy@uni-mainz.de



Leibniz-Institut für
Resilienzforschung



JOHANNES GUTENBERG
UNIVERSITÄT MAINZ