UNIVERSITÄT MANNHEIM

FORSCHUNGSPROJEKT AM LEHRSTUHL FÜR ARBEITS- UND ORGANISATIONSPSYCHOLOGIE

EATMOTIVE

-GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG AM ARBEITSPLATZ-

Worum geht es?

Was gut für die Gesundheit ist, ist den meisten Menschen relativ klar. Wir alle wissen, dass Obst und Gemüse die Basis guter Ernährung sind. Wir alle wissen auch, dass man Zeit zum Essen nehmen und sich viel bewegen soll und dass Fast-Food oder Süßigkeiten eher schlecht für die Gesundheit sind. Wir alle verbringen jedoch auch einen großen Teil unserer Zeit bei der Arbeit und finden es mitunter schwierig, gesundheitsbewusstes Handeln auch im Arbeitsalltag umzusetzen.

Mit unserem Forschungsprojekt beschäftigen wir uns mit der Frage, wie man Menschen dabei unterstützen kann, auch am Arbeitsplatz gesundheitsbewusst zu handeln.

Wer kann teilnehmen und was haben Sie davon?

Für die Studie suchen wir berufstätige Personen, die an mindestens 4 von 5 Tagen jeweils mindestens 6 Stunden arbeiten.

Wenn Sie an unserer Studie teilnehmen, erhalten Sie nach Abschluss der Studie eine digitale Informationsbroschüre, in der wir die Ergebnisse der Studie zusammenfassen und Tipps zum gesundheitsbewussten Handeln am Arbeitsplatz, z.B. zu Fragen der Ernährung oder der Bewegung im Arbeitsalltag ableiten. Somit haben Sie die Möglichkeit, die Erkenntnisse unserer Forschung individuell umzusetzen.

Außerdem erhalten alle Studienteilnehmer und –teilnehmerinnen die Möglichkeit, bei einem Gewinnspiel mitzumachen, in dem drei Einkaufsgutscheine für das online-Versandhaus Amazon im Wert von je 50 Euro verlost werden.

UNIVERSITÄT MANNHEIM

Über uns

Unsere Studie ist Teil eines Forschungsprojektes, das wir zusammen mit der Universität Konstanz durchführen und das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (Förderkennzeichen 0315671) gefördert wird. Alle Angaben, die Sie im Rahmen dieser Studie machen, werden nur von uns verarbeitet und gespeichert und nicht über die Mitglieder des Projektes hinaus an Dritte weitergegeben.

Prof. Dr. Sabine Sonnentag

Die Arbeitsgruppe von Prof. Dr. Sabine Sonnentag beschäftigt sich seit mehreren Jahren mit dem Thema „Gesundheit am Arbeitsplatz“ und hat eine Vielzahl von empirischen Untersuchungen zu diesem Thema durchgeführt.

Dr. Alexander Pundt

Dr. Alexander Pundt ist wissenschaftlicher Mitarbeiter und habilitiert im Rahmen des Forschungsprojekts. Er koordiniert die Befragungen und ist bei Fragen Ihr Ansprechpartner.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!

Kontakt

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Dr. Alexander Pundt.

Universität Mannheim
Dr. Alexander Pundt
Lehrstuhl Psychologie I
Schloss • Ehrenhof Ost
68131 Mannheim

Tel: +49 (0)621 – 181 2116
Fax: +49 (0)621 – 181 2119

E-Mail:
alexander.pundt@uni-mannheim.de