



BERGISCHE
UNIVERSITÄT
WUPPERTAL



Dyaden-Studie

Durchgeführt am
Lehrstuhl für Arbeits-, Organisations-
und Wirtschaftspsychologie der
Bergischen Universität Wuppertal

Schumpeter School
of Business and Economics



Lehrstuhl für
Arbeits-, Organisations- und
Wirtschaftspsychologie



Moderne Arbeitswelt & Erholung

Kennen Sie das Gefühl, dass das Wochenende mal wieder viel zu kurz war und Sie sich gar nicht richtig entspannen konnten? Das Handy klingelt ständig und trotz der freien Tage schaut man nach, ob neue Mails angekommen sind. Vielleicht gibt es dann aber jemanden, der Sie dabei unterstützt, gedanklich von arbeitsbezogenen Anforderungen abzuschalten. Bei zunehmender Digitalisierung spielen Erholungsprozesse eine immer wichtigere Rolle in der Arbeitswelt. Das psychische Wohlbefinden, die Motivation sowie die Leistung können aufgrund der Vermischung von Privat- und Berufsleben und der fehlenden Erholung beeinträchtigt werden. Oft können Partner*innen einen großen Beitrag zu Erholung und Work-Life-Balance leisten.

Daher wählten wir für unserer Dyaden-Studie am Lehrstuhl für Arbeits-, Organisations- und Wirtschaftspsychologie einen ganzheitlichen Ansatz, in dem private und arbeitsbezogene Ressourcen sowie Stressoren untersucht werden. Hierbei werden insbesondere soziale Einflüsse zwischen romantischen Partner*innen berücksichtigt.



Studienablauf

Sie möchten mit Ihrem*r romantischen Partner*in an der Dyaden-Studie teilnehmen? Dann registrieren Sie sich zeitnah für diese Studie und erhalten ein kostenloses individuelles Feedback. Dazu schicken Sie die Einverständniserklärung ausgefüllt und unterschrieben an: radaca@wiwi.uni-wuppertal.de. Im folgenden wird der Ablauf der Studie kurz beschrieben:

1

Anmeldung

- Schicken Sie die Einverständniserklärung an: radaca@wiwi.uni-wuppertal.de
- Über Ihre E-Mail-Adresse erhalten Sie alle Fragebögen.

2

Vorbefragung

- Alle Partner*innen beantworten einen Vorfragebogen mit einer Bearbeitungsdauer von ca. 45 Minuten.

3

Tagebuch- bzw.
Wochenbuchführung

- Am Ende des Vorfragebogens wählen Sie in Absprache mit Ihrem*r romantischen Partner*in zehn folgende Arbeitstage aus.
- An diesen Tagen erhalten Sie pro Tag vier aufeinanderfolgende Fragebögen mit einer jeweiligen Bearbeitungsdauer von ca. 5-7 Minuten.

4

Benefit

- Sie erhalten als Dankeschön für Ihre Teilnahme an der Dyaden-Studie ein individuelles Feedback.



Ihr Benefit als Teilnehmer*in

Als Dankeschön bieten wir den romantischen Partner*innen nach einer ganzheitlichen Studienteilnahme die Möglichkeit an ein kostenloses individuelles Feedback zu erhalten. Die Studienteilnahme ist in dem Zeitraum Mai 2021 bis einschließlich August 2021 möglich. Sie können innerhalb dieses Zeitraums Ihren Studienstart individuell als Dyade bestimmen.



Romantische Partner*innen - Individuelles Feedback

Für die ganzheitliche Teilnahme an unserer Studie können Sie auf Wunsch ein individuelles Feedback zu den folgenden Themen erhalten:



Persönliche Ressourcen



Stressoren am Arbeitsplatz



Psychisches Wohlbefinden



Ihr Benefit als Teilnehmer*in

Persönliche Ressourcen

Psychische Ressourcen umschließen individuelle Regulationsfähigkeit sowie Handlungskompetenzen. Sie unterstützen den Menschen z.B. bei der Bewältigung von diversen Anforderungen (bei der Arbeit). Der Einsatz von Ressourcen verbraucht diese dabei kurzfristig. Durch den Erholungsprozess können sie wieder vollständig regeneriert werden und bei neuen Anforderungen eingesetzt werden.



Stressoren am Arbeitsplatz

Arbeitsanforderungen beschreiben arbeitsbezogene Anforderungen, die sich bei der Erfüllung von Aufgaben ergeben. Bei der Verrichtung dieser Aufgaben werden Anforderungen z.B. an die Selbstkontrolle von Beschäftigten gestellt. Insbesondere durch den Kontakt mit anderen Menschen werden Beschäftigte der Emotionsarbeit ausgesetzt, um arbeitsbezogene Ziele sowie Aufgaben erfolgreich zu erfüllen.



Psychisches Wohlbefinden

Schwerpunkt des psychologischen Wohlbefindens ist das persönliche Wachstum sowie die Selbstrealisierung. Es wird definiert als das Ausmaß, indem eine Person voll funktionsfähig ist. Vor allem geht es dabei, um die Entfaltung des persönlichen Potenzials. Hohes psychologisches Wohlbefinden geht mit Zufriedenheit, Vitalität, Leistung und Motivation einher.





Kontakt

Allgemeine Anfragen zur Dyaden-Studie

Gerne beraten wir Sie bezüglich Ihrer individuellen Fragestellungen zur Teilnahme an der Dyaden-Studie. Kontaktieren Sie uns hierzu via E-Mail oder rufen Sie uns einfach an.

Elvira Radaca

Wissenschaftliche
Mitarbeiterin



Lehrstuhl für Arbeits-, Organisations- und
Wirtschaftspsychologie (AOW)
Bergische Universität Wuppertal
Gebäude S, Raum 12.24

E-Mail: radaca@wiwi.uni-wuppertal.de

Tel.: +49 202 439-3945



BERGISCHE
UNIVERSITÄT
WUPPERTAL



**Vielen Dank für Ihre
Unterstützung!**

Schumpeter School
of Business and Economics



Lehrstuhl für
Arbeits-, Organisations- und
Wirtschaftspsychologie