

## Wer kann teilnehmen?

- Mindestalter: 18 Jahre
- Arbeitszeit mindestens 20 Stunden pro Woche
- Tägliche Arbeit von Montag bis Freitag
- Kein Urlaub während des gewählten Befragungszeitraums

## Wann findet die Studie statt?

Bei der Anmeldung zur Teilnahme können Sie einen individuellen vierwöchigen Teilnahmezeitraum zwischen Juli und Oktober 2024 auswählen.

## Was bekommen Sie für Ihre Teilnahme?

Mindestens jeder 20. Teilnehmende gewinnt einen Geldgewinn im Wert von jeweils 50€. Die Gewinnchance ist abhängig von der Anzahl ausgefüllter Fragebögen.



## Kontakt

### Das Projektteam

Johanna Perzl (M. Sc.)  
Christiane Berg (B. Sc.)  
Emma Hill (B. Sc.)  
Prof. Dr. Verena Haun

Tel.: +49 931 31 81011

[erholung@psychologie.uni-wuerzburg.de](mailto:erholung@psychologie.uni-wuerzburg.de)

### Bildquellen:

[https://de.freepik.com/vektoren-kostenlos/gluecklicher-reicher-bankier-der-einkommenswachstum-feiert\\_8609326.htm#query=geld&position=6&from\\_view=search](https://de.freepik.com/vektoren-kostenlos/gluecklicher-reicher-bankier-der-einkommenswachstum-feiert_8609326.htm#query=geld&position=6&from_view=search)  
[https://cdn.pixabay.com/photo/2022/04/24/08/08/park-7153125\\_1280.png](https://cdn.pixabay.com/photo/2022/04/24/08/08/park-7153125_1280.png)  
[https://cdn.pixabay.com/photo/2018/08/04/12/54/weekend-3583629\\_1280.png](https://cdn.pixabay.com/photo/2018/08/04/12/54/weekend-3583629_1280.png)



## Online-Studie: Erholung am Wochenende und Feierabend

Julius-Maximilians-Universität Würzburg  
Professur für Arbeits- und  
Organisationspsychologie  
Röntgenring 10, D-97070 Würzburg

---

## Worum geht es?

Mit dieser Studie möchten wir herausfinden, was die Erholung in der arbeitsfreien Zeit erleichtert bzw. erschwert.



## Datenschutz

*Wir garantieren einen streng vertraulichen Umgang mit Ihren Daten.*

*Die Teilnahme erfolgt freiwillig und kann jederzeit abgebrochen werden.*

*Ihre Angaben werden ausschließlich zu Forschungszwecken verwendet und nur vollständig anonymisiert an Dritte weitergegeben, z.B. um die Transparenz in der Forschung sicherzustellen oder zu weiteren Forschungsprojekten beizutragen.*

---

---

## Wie läuft die Teilnahme ab?

Bei der Anmeldung füllen Sie zunächst einen kurzen Willkommensfragebogen aus (Dauer ca. 10 Minuten).

Anschließend füllen Sie über vier Wochen hinweg jeweils einen Fragebogen zum Feierabendbeginn am Freitag (Dauer ca. 10 Minuten) und am Sonntagabend (Dauer ca. 20 Minuten) aus.

Dieser Fragebogen enthält Fragen zu Ihren erlebten und erwarteten Arbeitsanforderungen (z.B. Zeitdruck), zu Ihrem Wohlbefinden (z.B. Stimmung) und zu Ihrer Erholung (z.B. Entspannung) an Ihren vergangenen Feierabenden bzw. an Ihrem Wochenende.

Über die von Ihnen angegebene E-Mailadresse werden Sie jeweils an die Beantwortung des Fragebogens erinnert und erhalten den Link zur Befragung.

---

---

## Wie kann man sich für die Studie anmelden?

Sie haben Interesse daran, unsere aktuelle Studie zu unterstützen?

Über den Link oder QR-Code können Sie sich zur Studie anmelden:

<https://www.unipark.de/uc/wochenende/?a=>

