

Übersicht über die Studie „Strategien der Grenzgestaltung“

Die Corona-Krise verändert derzeit Gesellschaft wie Wirtschaft maßgeblich und stellt uns vor Herausforderungen. Der Alltag wird auf den Kopf gestellt, jahrelang praktizierte Arbeitsformen werden von heute auf morgen geändert. Insbesondere die vermehrte Nutzung von Home Office ist hier zu nennen.

Uns interessiert, wie Sie in Ihrem neuen Alltag diesen Herausforderungen begegnen, indem Sie **Strategien** anwenden, um die **Grenzen zwischen Arbeits- und Privatleben zu gestalten**.

Welche beispielhaften Fragen beantwortet die Studie?

- Welche Strategien setzen Sie in Zeiten der Corona-Krise ein, um die Grenze zwischen Arbeits- und Privatleben zu gestalten?
- Welche Auswirkungen hat die Verwendung der Strategien auf Ihr Wohlbefinden, Ihre Work-Life Balance und auf Ihre Erholung?
- Welche Entwicklungen zeigen sich im zeitlichen Verlauf?

Was ist Ihr Nutzen?

- ✓ Individuelle Reflexion über Ihr aktuelles Wohlbefinden und Ihre Work-Life Balance
- ✓ Individuelle Reflexion über Ihre Strategien der Grenzgestaltung von Arbeits- und Privatleben
- ✓ Möglichkeit für ein **Einzelcoaching** sowie zur Teilnahme am **exklusiven Webinar** zum Thema Grenzgestaltung im Sommer 2020

Wie läuft die Studie ab?

Über einen Zeitraum von sieben Wochen werden bei Ihnen Daten erhoben. Die Erhebung ist **anonym** und folgt **strengen wissenschaftlichen Standards**. Durch die Kombination verschiedener Fragebögen können wir die Dynamik in der Verwendung der Strategien erfassen. Dabei **ist jeder weitere von Ihnen ausgefüllte Fragebogen relevant für die Studie** und die Erkenntnisse, die daraus gewonnen werden können.

1

Kick-Off: Analyse des Status Quo

- Einmaliger Fragebogen zur Erhebung der Rahmenbedingungen
- Bearbeitungszeit: einmalig ca. 30 Minuten

Unter folgendem Link können Sie direkt mit der Befragung starten:

<https://www.soscisurvey.de/strategiendergrenzsetzung/>

2

Reflexionsphase: Analyse der Entwicklung von Work-Life Balance, Wohlbefinden und Ihren Strategien

- Sechs Fragebögen zur Reflexion der vergangenen Woche
- Bearbeitungszeit: jeweils ca. 5-10 Minuten
- Zusendung: Freitagnachmittag

3

Optional: Teilnahme an einer sich anschließenden Interviewstudie zur Vertiefung der Studienergebnisse

Weitere Information zur Teilnahme und zum Datenschutz

Sie können an der Studie teilnehmen, wenn Sie **über 18 Jahre alt** und zu **mindestens 50% berufstätig** sind. Ihre Teilnahme ist selbstverständlich **freiwillig** und Sie können die Befragung jederzeit abbrechen. Ihre Angaben werden nach Abschluss der Datenerhebung **anonymisiert**, absolut vertraulich behandelt und dienen ausschließlich wissenschaftlichen Zwecken. Die Daten werden auf Severn in Deutschland anonymisiert gespeichert.

Wer sind wir?

Das ArsVitae-Institut beschäftigt sich seit Jahren mit der persönlichen und beruflichen Entwicklung in allen Lebensphasen und stellt mit Beratung sowie Forschungsprojekten ein Bindeglied zwischen Forschung und Praxis dar. Die Studie erfolgt in Kooperation mit der Hochschule Fresenius, der Universität Kassel sowie der Technischen Universität Darmstadt, die ebenfalls langjährige Expertise in der Durchführung von Studien und Datenerhebungen vorweisen können. Falls Sie Fragen zur Studie, zum Ablauf der Befragung oder zum Datenschutz haben, schreiben Sie uns gerne unter: forschung@arsvitae-institut.de. **Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!**