

Sehr geehrte Mitglieder des VDI,

Stress im Arbeitsleben ist für uns alle ein bedeutsames Thema – unabhängig davon, ob man sich selbst zu viel abverlangt oder es um eine zu hohe Arbeitsmenge bzw. Termindruck geht. Stress betrifft sehr viele ArbeitnehmerInnen/ ArbeitgeberInnen. Kurzfristig sind Arbeitsbelastungen vertretbar. Sie gehören zur Normalität des Arbeitslebens dazu. Doch auf lange Sicht können diese Belastungen uns überfordern, uns ausbrennen lassen und sogar zu körperliche Beschwerden führen (z.B. Rückenschmerzen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen).

So zeigen wissenschaftliche Untersuchung immer wieder auf, dass Belastungen am Arbeitsplatz maßgeblich zur Entstehung kurz- und langfristiger physischer sowie psychischer Erkrankungen beitragen und zu langen, krankheitsbedingten Fehlzeiten führen.

Was können wir daran ändern? Wie können wir dies verhindern?

Wir möchten Sie heute mit der Studie „Stress bei der Arbeit“ der **Abteilung für Arbeits- und Organisationspsychologie (Universität Hamburg)** sowie **des Instituts Mensch in komplexen Systemen MikS (Fachhochschule Nordwestschweiz)** bekannt machen.

Gemeinsam wollen wir den wissenschaftlichen Erkenntnisstand auf dem Gebiet „Stress bei der Arbeit“ ausbauen und gesundheitsförderliche Maßnahmen für ArbeitnehmerInnen/ ArbeitgeberInnen entwickeln. Durch Ihre freiwillige und anonyme Teilnahme unterstützen Sie uns dabei.

Bitte nehmen Sie sich daher 15-20 Minuten Zeit und beantworten Sie den Fragebogen. Wir würden uns freuen, wenn Sie den Studienlink auch an Ihre Kollegen weiterleiten könnten. Denn je mehr Personen sich beteiligen, desto aussagekräftiger werden die Ergebnisse.

Studienlink: http://ww3.unipark.de/uc/hh_fak4_ndeci/7453/

Haben Sie als Organisation oder Person **Interesse an den Studien-Ergebnissen**? Haben Sie **Rückfragen**? Gerne können Sie das persönliche Gespräch mit uns suchen – schreiben Sie uns einfach an:



M.Sc. Nicole Deci (nicole.deci@uni-hamburg.de)



Prof. Dr. Jan Dettmers (jan.dettmers@uni-hamburg.de)