

Neue wissenschaftliche Studie: Wie planen Sie Ihren Alltag?

Wie planen Menschen in verschiedenen Lebensphasen ihren Alltag? Das untersuchen Forscher um Prof. Dr. Frieder R. Lang vom Institut für Psychogerontologie der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg in ihrer aktuellen Studie. Dafür sind die Wissenschaftler auf der Suche nach Erwachsenen, die an der Befragung „Wie wird Ihr morgiger Tag?“ teilnehmen möchten.

Alltagsplanung und Wohlbefinden

Bisher ist kaum erforscht, wie Menschen aus verschiedenen Altersgruppen ihren Alltag planen und wie dies durch Persönlichkeitsmerkmale oder Zukunftserwartungen beeinflusst wird. Die Erlanger Forscher versprechen sich von diesem Wissen neue Erkenntnisse darüber, wie Menschen in verschiedenen Lebensphasen mit Zeit und Zeitmanagement umgehen und Alltagsaktivitäten takten. Ziel ist es auch herauszufinden, wie sich unterschiedliche Formen der Alltagsplanung auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität auswirken.

Machen Sie mit im Internet!

Für die aktuelle Studie „Wie wird Ihr morgiger Tag?“ werden Teilnehmer ab 18 Jahren gesucht. Die Befragung ist anonym, dauert etwa 30 Minuten und endet mit einer Rückmeldung zum Wohlbefinden im Tagesverlauf. Unter www.gerotest.de/morgen können Interessenten an der Studie teilnehmen. (FAU)

Mehr Informationen:

Dennis John
Tel.: 09131/85-26529
john@geronto.uni-erlangen.de