

# Fragebogenerhebung für die Bachelorarbeit - Meditation zur Stressbewältigung

**Beitrag von „Timo Kuntz“ vom 16. Juni 2021 14:22**

Hallo ihr Lieben,

ich bin derzeit dabei meine Bachelorarbeit zum Thema "Stressbewältigung durch Meditation - Welche Auswirkungen haben Achtsamkeitsübungen auf das subjektive Stressempfinden von Lehrkräften?" zu schreiben. Dafür mache ich eine kleine Fragebogenerhebung. Die Teilnehmer\*innen dieser Umfrage sollten dabei, (1) aktiv unterrichtende Lehrkräfte sein (ungeachtet welcher Schulart) und (2) wöchentlich mindestens 5 mal die Woche 20 Minuten oder mehr meditieren (Yoga beziehe ich hier als meditative Praxis mit ein). Falls diesen beiden Punkte auf euch zutreffen, würde ich mich sehr darüber freuen, wenn ihr an meiner kleinen Studie teilnehmt. Teilt diesen Beitrag auch gerne mit Freunden und Bekannten, auf welche diese beiden Bedingungen zutreffen. Bei Fragen bezüglich des Forschungsthemas könnt ihr euch gerne über selbige Adresse bei mir melden. Der folgende Link führt euch direkt zur Umfrage. Vielen Dank im Voraus!

<https://www.umfrageonline.com/s/a8fc04c>

Viele liebe Grüße

Timo Kuntz

---

**Beitrag von „Timo Kuntz“ vom 22. Juni 2021 12:14**

Vielen Dank an diejenigen, die bereits an der Umfrage teilgenommen haben. Leider ist die Stichprobengröße damit noch nicht ausreichend. Ich würde mich sehr darüber freuen, wenn ihr diesen Beitrag auch mit Kolleg\*innen, Freund\*innen, Bekannten teilt von denen ihr denkt das sie von ihrem Profil in diese Studie hineinpassen.

---

**Beitrag von „UrlaubVomUrlaub“ vom 3. Juli 2021 09:19**

Hallo Timo, PN

<https://www.lehrerforen.de/thread/56605-fragebogenerhebung-f%C3%BCr-die-bachelorarbeit-meditation-zur-stressbew%C3%A4ltigung/>