

KLEINE ÜBUNG - GROSSE WIRKUNG? STUDENTEILNEHMENDE GESUCHT

Studie zum Thema: Kann eine Übung aus der positiven Psychologie zum Wohlbefinden von Lehrkräften beitragen?

4 Wochen

1 3 ONLINE BEFRAGUNGEN
(JE 10 MINUTEN)

2 2-WÖCHIGE ÜBUNGSPHASE
(TÄGLICH MAX. 5 MINUTEN)

3 EINMALIGE SCHREIBAUFGABE
(15 MINUTEN)



WAS

- Studie zur Untersuchung der **Wirkung von zwei Übungen** auf das **Wohlbefinden** von Lehrkräften
- **positive Wirkung** der Übung aus anderen Studien bekannt



WANN

- Teilnahme**beginn** ist vom **23.04.2026** bis zum **29.06.2026** möglich.
- Erhebungszeitraum pro Person: **4 Wochen**



WER DARF TEILNEHMEN?

- Lehrkräfte aller Schulformen
- Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst
- Lehramtsstudierende

Teilnahme bis zum
29.06.2026



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

Dank für eine Teilnahme:

Individuelles Feedback zu Ihrem relativen Level an Wohlbefinden und Ressourcen

Verlosung:

- Onlineseminar: autogenes Training
- Material zum Thema "Positive Psychologie" / "Stärken-Übungen für Kinder und Jugendliche"



Bei Fragen: v.joerg@dipf.de



Wir freuen uns sehr über Ihre Teilnahme!