



Pressemitteilung

Heidelberg, 16. Juni 2011

Für mehr Balance im Studi-Leben

Teilnehmer gesucht für Diplomarbeit über Balance zwischen Studium und Privatleben

Nicht erst seit der Bologna-Reform klagen viele Studierende über das Gefühl, mit den Aufgaben für Ihr Studium nie wirklich fertig zu werden. Oft haben sie am Tag schon viel geschafft, aber haben das Gefühl, eigentlich immer noch mehr tun zu können.

Im Rahmen einer Diplomarbeit am Psychologischen Institut in Heidelberg wird nun, in der Online-Studie „Balance im Studium“, diese mangelnde Balance zwischen Studium und Privatleben genauer untersucht. Hierfür werden Studierende gesucht, die an einem Coaching-Programm zur Verbesserung der sogenannten „Study-Life-Balance“ teilnehmen wollen.

Die Teilnahme läuft komplett über das Internet. Registrierte Teilnehmer durchlaufen ein Online-Coaching-Programm und werden dabei angeleitet, ihre Balance zwischen Studium und Privatleben zu verbessern. In regelmäßigen Abständen werden die Teilnehmer dann online zu ihrem persönlichen Wohlbefinden befragt.

Interessierte Studis können sich zwischen dem 14. und 25. Juni 2011 über die Website www.unipark.de/uc/balance für die Teilnahme an dem Online-Coaching-Programm registrieren. Als Dankeschön erhalten alle Teilnehmer, die das komplette Programm absolvieren, ein Buch zum Thema „Glück“. Außerdem werden originelle „Balance-Pakete“ verlost, inkl. Amazon.de-Gutscheine im Wert von jeweils 25 Euro.

Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an das „Balance im Studium“-Team unter balance@psychologie.uni-heidelberg.de.