

Success story

Was stresst dich wie?!

Tagebuchstudien geben Aufschluss über Stressverläufe



Stress ist ein temporärer Zustand, der sich in Intensität und Richtung schnell verändern kann. Um das direkte Stresserleben abzufragen, führen die Studierenden des PsychoEconomic Research Labs (PERL) digitale Tagebuchstudien durch. Dadurch lassen sich direkte und verzögerte Einflüsse digitaler Interventionen (z. B. Meditationsübungen) auf das Stresserleben erfassen. Die Möglichkeit den momentanen Zustand jederzeit und

überall abfragen zu können, ist hier besonders wichtig. Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfassen ihr aktuelles Befinden dabei ein- bis zweimal täglich selbstständig. Zukünftig sollen die Tagebuchbefragungen Aufschluss über das Entstehen und den Verlauf von Stress bei Arbeitnehmenden geben. Über einen längeren Verlauf lassen sich Veränderungen mit einer hohen Auflösung der Daten untersuchen.

Eingesetztes Produkt: mQuest® Diary

Selbstständiges Ausfüllen der Fragebögen auf eigener Hardware der Probanden

Regelmäßige Updates der Fragebögen während der Studie

Einsatz von Push-Notifications zur Erinnerung an Updates und Aufgaben

Unabhängig von W-LAN oder Mobilfunk dank Offline-Funktionalität

Tagesaktueller Upload der Ergebnisse

Leistungen



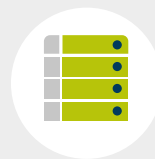
Bereitstellung der Software



Unterstützung bei der Fragebogen-Umsetzung



Support



Hosting



Dank der Möglichkeit Befragungen räumlich und zeitlich ungebunden durchzuführen, ermöglicht mQuest® das Stresserleben und dessen Wirkmechanismen in einer hohen Auflösung abzubilden.

Thomas Vikoler, MSc, Universitätsassistent
PsychoEconomic Research Lab | Abteilung Arbeits-, Organisations- und Wirtschaftspsychologie
Paris-Lodron-Universität Salzburg

Weitere Informationen unter
www.plus.ac.at



www.mQuest.de