

# Ist Psychological Reattachment to Work trainierbar? – Eine Interventionsstudie

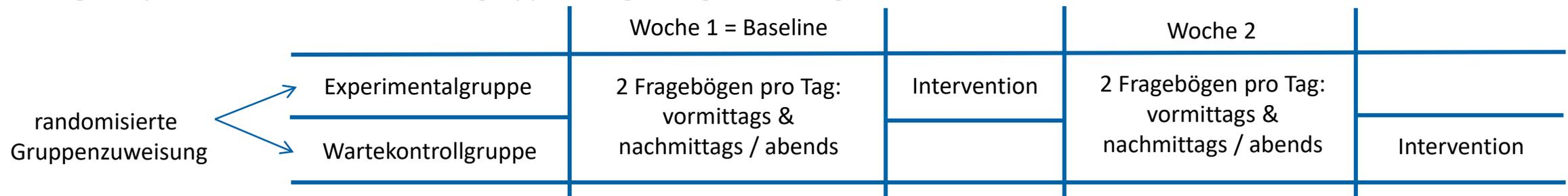
- **Was ist Psychological Reattachment to Work?**

Arbeitnehmer durchlaufen täglich Übergänge zwischen Arbeits- und Privatleben (*Work-Nonwork-Interface*).

Der Prozess des gedanklichen Übergangs vom Privat- ins Arbeitsleben am Morgen heißt „Reattachment“. Damit ist das gedankliche Wiedereinstellen auf Arbeitsinhalte gemeint, nachdem während der arbeitsfreien Zeit zuvor eine mentale Distanzierung von Arbeitsinhalten stattgefunden hat.



- Reattachment hat potenziell positive Konsequenzen für das Verhalten und Erleben bei der Arbeit.
- **Ist es auch trainierbar?**
- **Ziele der Studie:** Evaluation eines Online-Trainings zur Förderung von Reattachment
- **Design:** experimentelles Wartekontrollgruppendesign / Tagebuchdesign (ESM)





# Ist Psychological Reattachment to Work trainierbar? – Eine Interventionsstudie

- **Rahmenbedingungen:**
  - Arbeit am Thema zu zweit möglich, aber getrenntes Verfassen der Masterarbeiten
  - Training ist bereits entwickelt
  - Fragebögen stehen bereits
  - Einbringen eigener Interessensgebiete in Form von zusätzlichen Variablen begrenzt möglich
- **Das erwarten wir von Ihnen:**
  - Entwicklung eigener Fragestellung und Hypothesen
  - Rekrutieren von (Finalstichprobe) ca. 140 Teilnehmer\*innen (bei Arbeit zu zweit: 70 pro Masterand\*in)
  - Eigenständige Datenauswertung
- **Betreuung** durch M. Sc. Ricarda Schlepner (Praedoc bei Ass.-Prof. Dr. Jana Kühnel)
- **Bewerbungen** siehe <https://ao-psy.univie.ac.at/studium/masterstudium/masterarbeitsbetreuung/>  
Bitte geben Sie das gewünschte Thema in Ihrer Bewerbung an!
- **Literatur zum Themengebiet:**

Sonnentag, S., Eck, K., Fritz, C., & Kühnel, J. (2019). Morning reattachment to work and work engagement during the day: A look at day-level mediators. *Journal of Management*. doi:10.1177/0149206319829823

Sonnentag, S., & Kühnel, J. (2016). Coming back to work in the morning: Psychological detachment and reattachment as predictors of work engagement. *Journal of Occupational Health Psychology*, 21, 379–390. doi:10.1037/ocp0000020