

Projekt „New Balance“ – Entwicklung einer gesunden Work-Life-Balance

Förderung: KIT-Strategiefonds, Laufzeit: 01. Oktober 2022 bis 30. September 2025

Sers, S., Bachert, P., Hildebrand, C., Giurgiu, M., Wunsch, K., Stahl, A. & Woll, A.

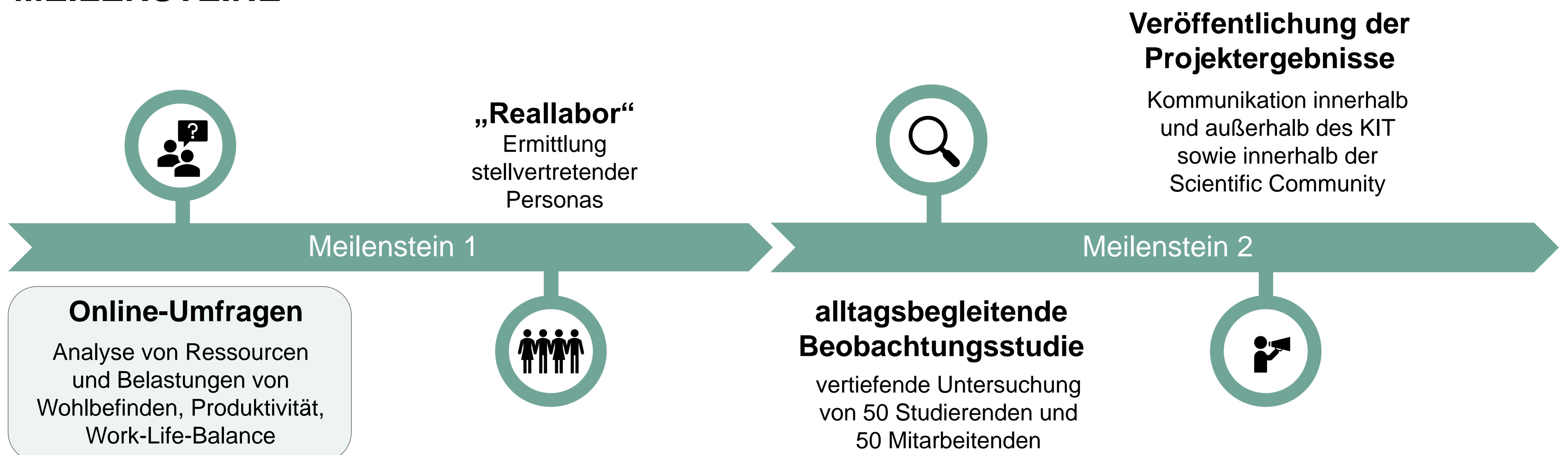
HINTERGRUND

- Wandel der Arbeitswelt durch Einflussfaktoren wie die Digitalisierung, Technologisierung oder COVID-19 (Burkhardt & Hanser, 2018)
- zunehmende Relevanz des eigenen Heimarbeitsplatzes sowie von weiteren Orten abseits der Universität für Arbeit und Selbststudium (Dēmētriadēs, Cabrita & Eiffe, 2023)
- Transformationsprozess eröffnet neue Möglichkeiten & Herausforderungen im Kontext des universitären Gesundheitsmanagements

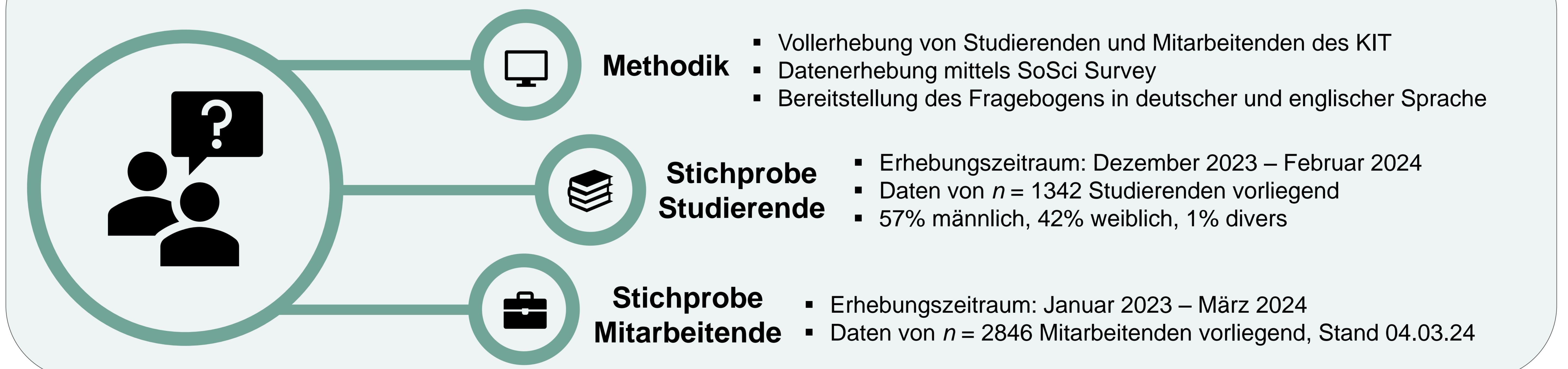
PROJEKTZIELE

- Analyse der Auswirkungen von mobilem Arbeiten/Studieren auf Wohlbefinden, Work-Life-Balance und Produktivität
- Identifizierung von Ressourcen und Belastungen von Wohlbefinden, Work-Life-Balance und Produktivität im Kontext mobilen Arbeitens/Studierens

MEILENSTEINE



ONLINE-UMFRAGEN



LITERATUR

Burkhardt, S., & Hanser, F. (2018). Einfluss globaler Megatrends auf das digitale Betriebliche Gesundheitsmanagement. In D. Matusiewicz & L. Kaiser, *Digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement* (S. 37-55). Springer Verlag.
Dēmētriadēs, S., Cabrita, J., & Eiffe, F. (2023). The future of telework and hybrid work. *Eurofond Research Report*. doi: 10.2806/234429
Matusiewicz, D., & Kaiser, L. (2018). *Digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement*. Springer Verlag.

Svenja Sers
Karlsruher Institut für Technologie (KIT), Institut für Sport und Sportwissenschaft (IfSS)
Engler-Bunte-Ring 15, 76131 Karlsruhe
svenja.sers@kit.edu

