

RUHESTAND ZU ZWEIT



„Gemeinsamer Umgang mit den Herausforderungen im Ruhestand – GUHR“

Herzlich Willkommen!

Der **Übergang in den Ruhestand** stellt den Start in einen neuen Lebensabschnitt dar. Die bevorstehenden Herausforderungen und Veränderungen im Alltag gilt es gemeinsam mit dem/der Partner/in zu bewältigen.

Wir möchten von Ihnen erfahren, was beim Übergang in den Ruhestand wichtig ist, um ein besseres Verständnis über diesen neuen Lebensabschnitt und die damit verknüpften Prozesse zu erhalten.

Wer kann mitmachen?

Wir suchen Paare (mindestens ein Partner in den letzten 12 Monaten pensioniert), welche den Übergang in den Ruhestand als Herausforderung erleben und bereit sind gemeinsam an dieser Studie teilzunehmen.

Beide Partner brauchen eine eigene E-Mail Adresse, da wir Ihnen den Link zum Fragebogen per E-Mail zuschicken. Sie können dann die Fragebögen auf ihrem Computer, Mobiltelefon oder Tablet beantworten.

Wer sind wir?

Diese Befragung ist Teil einer Studie der Universität Zürich. Die Untersuchung bildet die Grundlage der Masterarbeit von Sarah Holzgang und wird geleitet von Dr. Andrea B. Horn vom Psychologischen Institut der Universität Zürich.

Wie wird die Datenerhebung ablaufen?

- Registrierung unter: <http://ww2.unipark.de/uc/GUHR-Studie/>
- Fragebogen 1 (Dauer ca. 30 Minuten)
- Tagebuchbefragung (2 Wochen morgens und abends ca. 3 Minuten)
- Darstellung von Gedanken und Gefühlen in eigenen Worten (1 x ca. 15 Minuten)
- Nachbefragung (3 Monate später, Dauer ca. 15 Minuten)

Die Datenerhebung erfolgt streng vertraulich. Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme an der GUHR-Studie und bedanken uns herzlich.
Sarah Holzgang, Andrea B. Horn und das gesamte GUHR Team

Bei Fragen: guhrstudie@gmail.com

Studien-Homepage: www.guhrstudie.ch