

Erfolgreich und gelassen ans Ziel

Erkenne Deine Ängste und steigere Deine Handlungsmotivation!

Positive
Psychologie

Wir freuen uns, dass Du Dich für die Ziele-Erreichen-Studie interessierst!

*Du möchtest jemanden nach einem Date fragen, aber traust Dich nicht?
Du erwägst eine größere persönliche Veränderung, hast aber Angst vor den Konsequenzen? Du möchtest Dich für eine schwierige Prüfung anmelden, schiebst die Anmeldung aber vor Dir her?*

Wir alle haben Vorhaben und Ziele, doch diese sind auch meist mit Ängsten oder Zweifeln verbunden. In unserem **Workshop** erlernst Du eine Methode, sich den Hindernissen von schwierigen Vorhaben zu stellen und Ziele zu erreichen. Egal, ob Du eine Beziehung beenden möchtest, überlegst Gitarre zu lernen oder Dich fragst, ob Dein Studienfach wirklich das Richtige ist: **Alles ist möglich!**



Was wird Dich erwarten?

Unsere **Online-Studie** besteht aus zwei Teilen:

1. Drei Fragebögen (à ca. 15 Min)
2. Ein Workshop (ca. 75 Min)

Der **Workshop** beinhaltet einen kurzen theoretischen Input und die Ziele-Erreichen-Übung. Die Teilnahme ist für Dich **kostenlos**.

Du kannst alle Studienteile flexibel von Zuhause aus an einem **Computer oder Laptop** durchführen.

Daten, die im Rahmen der Studie erhoben werden, sind **anonym** und werden **streng vertraulich** behandelt. Sie dienen ausschließlich wissenschaftlichen Zwecken und werden nicht an Dritte weitergegeben.



Wie kannst Du teilnehmen?

Teilnehmen kannst Du einfach und ohne weitere Formalitäten über den folgenden Link: **Ziele-Erreichen-Studie**

Psychologie-Studierende der Goethe Universität Frankfurt am Main, die für die Studie **VPM** erhalten möchten, registrieren sich über folgenden Sona-Systems Link: **Ziele-Erreichen-Studie (VPM)** (bis zu 120 VPM).

Bei weiteren Fragen schreibe uns gerne eine E-Mail an:
zieleerreichen.studie@gmail.com

Wir freuen uns über Deine Teilnahme und sind dankbar für jede **Unterstützung!**

Aljoscha Dreisörner, Studienleitung

Verena Karle & Janine Mendes, Studienassistentz



Auf einen Blick

- **Neue Methode** um sich schwierigen Vorhaben zu stellen und Ziele zu erreichen
- Kostenlose Teilnahme an einem **Online-Workshop**
- Flexibler Zugang zu Fragebögen und Workshop von Zuhause über Deinen **Computer oder Laptop**
- Streng **vertraulich** und **anonym**
- Unterstützung aktueller **psychologischer Forschung**

Hier geht's zur Anmeldung

Teile den Link gerne auch mit Freunden!