



ENTSPANNUNG DURCH AUTOFAHREN

Wollen Sie zum Auto der Zukunft beitragen und fahren Sie täglich?

Viele von uns verbringen jährlich unzählige Stunden im Auto, meist ohne diese Zeit wirklich zu nutzen. Insbesondere bei Stau oder Zeitdruck steigt der Fahrer dann noch gestresster aus dem Fahrzeug als er eingestiegen ist. Wir möchten dies ändern, indem wir Methoden im Auto erproben, die eine aktive Entspannung ermöglichen und das Wohlbefinden nachweislich steigern, ohne die Fahrsicherheit zu beeinträchtigen.

Die geplante Studie umfasst zwei Schritte. Zunächst analysieren wir, ob der Stresslevel bzw. der emotionale Zustand des Fahrers anhand von Daten aus dem Fahrzeug ermittelt werden kann. Als nächstes untersuchen wir dann, ob wir im Auto das Wohlbefinden gezielt steigern können. Dafür suchen wir Teilnehmer, deren Fahrverhalten über 4 Monate gemessen wird und die über Selbstauskünfte Einblicke in Ihren Stresslevel und Ihren emotionalen Zustand geben. Dazu erhalten Teilnehmer für die Studie ein Testfahrzeug (VW Golf 7 TDI), das sie für Ihre alltäglichen Fahrten nutzen können.

Wollen Sie uns helfen die Welt ein kleines bisschen besser zu machen und innovative Lösungsansätze gegen die Volkskrankheit Stress zu realisieren? Dann melden sich bei uns!

**Das Auto der Zukunft
als Ort der
Entspannung**

Ziele der Studie:

**Innovative
Lösungsansätze
gegen die
Volkskrankheit Stress
&
Erprobung moderner
Interventionen zur
Stimmungs-
verbesserung**

**Dauer der Studie:
4 Monate**

KONTAKT

Kevin Koch
Universität St. Gallen

CH: +41 78 343 92 00
DE: +49 170 377 0490
kevin.koch@unisg.ch

<https://www.iot-lab.ch/>