

Curriculum vitae

Dr. Sebastian Seibel

Julius-Maximilians-Universität Würzburg
Institut für Psychologie, Lehrstuhl für Psychologie II
Professur für Arbeits- und Organisationspsychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
sebastian.seibel@uni-wuerzburg.de, +49 931 / 31-84190

<https://www.researchgate.net/profile/Sebastian-Seibel>

<https://www.linkedin.com/in/sebastian-seibel/>

Forschungsschwerpunkte

Arbeit und Erholung
Laientheorien über Arbeit und Freizeit
Antizipation von Arbeitsereignissen
Arbeitsmotivation

wissenschaftliche Ausbildung

10/2015 – 12/2021	Promotion (Dr. phil.) (magna cum laude) Otto-Friedrich-Universität Bamberg Professur für Arbeits- und Organisationspsychologie Professor Dr. Judith Volmer
	Thema der Dissertation: Die Antizipation der Freizeit
10/2013 – 09/2015	M. Sc. Psychologie (Note: 1.2) Universität des Saarlandes
09/2009 – 06/2013	B. Sc. Psychologie (Note: 1.9) Universität Mannheim

wissenschaftliche Praxis

Seit 10/2019	Wissenschaftlicher Mitarbeiter Julius-Maximilians-Universität Würzburg Professur für Arbeits- und Organisationspsychologie
10/2015 – 09/2019	Wissenschaftlicher Mitarbeiter Otto-Friedrich-Universität Bamberg Professur für Arbeits- und Organisationspsychologie

Publikationen

- Zyberaj, J., Bakaç, C., & Seibel, S. (2022). Latent transition analysis in organizational psychology: A simplified “how to” guide by using an applied example. *Frontiers in Psychology, 13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.977378>
- Zyberaj, J., Seibel, S., Schowalter, A. F., Pötz, L., Richter-Killenberg, S., & Volmer, J. (2022). Developing Sustainable Careers during a Pandemic: The Role of Psychological Capital and Career Adaptability. *Sustainability, 14*(5), 3105. <https://doi.org/10.3390/su14053105>
- Seibel, S., Volmer, J., & Schmitt, A. (2022). Pleasant anticipation of leisure time and work engagement: Findings from two studies. *Leisure Science*. Advanced online publication.
- Seibel, S., & Volmer, J. (2021). A diary study on anticipated leisure time, morning recovery, and employees’ work engagement. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*, 9436. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189436>
- Seibel, S., Volmer, J., & Syrek, C. J. (2020). Get a taste of your leisure time: The relationship between leisure thoughts, pleasant anticipation, and work engagement. *European Journal of Work and Organizational Psychology, 6*(29), 889–906. <https://doi.org/10.1080/1359432X.2020.1804875>
- Seibel, S., & Volmer, J. (2019). Conflict Poker: Das spielerische Training für den konstruktiven Umgang mit Konfliktsituationen aus der Arbeitswelt. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie, 63*, 48-50. [doi:10.1026/0932-4089/a000289](https://doi.org/10.1026/0932-4089/a000289)
- Schmitt, A., Gielnik, M. M., & Seibel, S. (2018). When and how does anger during goal pursuit relate to goal achievement? The roles of persistence and action planning. *Motivation and Emotion, 43*, 205–217. [doi:10.1007/s11031-018-9720-4](https://doi.org/10.1007/s11031-018-9720-4)

Konferenzbeiträge

- Seibel, S., & Haun, V. C. (2024, April). *Implicit Theories of Energy Resource Gains and Losses during Work and Nonwork Time*. [accepted poster presentation]. 39th Annual Society of Industrial and Organizational Psychology (SIOP) Conference, Chicago, USA.
- Seibel, S., & Haun, V. C. (2023, September). *Wer sucht Herausforderung nach stressreichen Arbeitstagen? Die Rolle von impliziten Theorien für das Mastery-Erleben*. [Conference presentation]. 15th conference of the Section Work, Organizational, and Business Psychology (AOW) of the German Psychological Society (DGPs), Kassel, Germany.
- Seibel, S., & Haun, V. C. (2023). *Implicit Theories of Energy Resource Gains and Losses during Work and Nonwork Time (ITERGL)* [Conference presentation]. 21th conference of European Association of Work and Organizational Psychology (EAWOP), Katowice, Poland.
- Seibel, S., & Haun, V. C. (2022, September). *Implizite Theorien zu Ressourcengewinnen und Ressourcenverlusten während der Arbeit und der Freizeit* [Conference presentation]. 52th conference of German Psychological Society (DGPs), Hildesheim, Germany.
- Seibel, S., Volmer, J., & Syrek, C. J. (2022, July). *Do daily unfinished tasks interfere with recovery? A diary study of the relationship between daily unfinished tasks, morning recovery, and detachment* [Poster presentation]. 15th European Academy of Occupational Health Psychology, Bordeaux, France.
- Seibel, S., Volmer, J., & Syrek, C. (September, 2019). *Arbeits- und freizeitbezogene Gedanken während der Arbeit: Welche Gedanken hängen mit positivem Affekt von Beschäftigten zusammen?* [Conference presentation]. Presented at the 11th conference of the Section Work, Organizational, and Business Psychology (AOW) of the German Psychological Society (DGPs), Braunschweig: Germany.
- Seibel, S., Volmer, J., & Syrek, C. (Mai, 2019). *Did you think of your leisure time today? An hourly study of the relationship between Thoughts of Leisure Time (ToLT) and work engagement*

[Conference presentation]. 19th conference of European Association of Work and Organizational Psychology (EAWOP), Turin, Italy.

Seibel, S., Schmitt, A., Volmer, J., & Syrek, C. (September, 2018). *Endlich Feierabend: Wie Vorfreude auf eine Freizeitaktivität mit dem Ressourcenmanagement auf der Arbeit zusammenhängt* [Conference presentation]. 51th conference of German Psychological Society (DGPs), Frankfurt, Germany.

Organisierte Symposien

Seibel, S., & Haun, V. C. (2023, September). *Erholungserfahrungen und erholsame Aktivitäten – Neue Erkenntnisse und Implikationen für die Zukunft* [Symposium chair]. 15th conference of the Section Work, Organizational, and Business Psychology (AOW) of the German Psychological Society (DGPs), Kassel, Germany.

Richter, S., & **Seibel, S.** (September, 2019). *Arbeitsbezogene Gedanken während der Freizeit und freizeitbezogene Gedanken während der Arbeit: Neue Erkenntnisse und Perspektiven.* [Symposium co-chair]. 11th conference of the Section Work, Organizational, and Business Psychology (AOW) of the German Psychological Society (DGPs), Braunschweig, Germany.

Lehrerfahrung

Universität Würzburg (seit 2019)

Master

Work Engagement	SS 20, WS 20/21
Personalauswahl in der Praxis	WS 21/22
Arbeit und Gesundheit	WS 22/23, SS 23, WS 23/24
Training und Personalentwicklung	WS 22/23, SS 23, WS 23/24
Eignungsdiagnostik	SS 22

Bachelor

Erholung von Arbeitsstressoren	WS 19/20, SS 20, WS20/21, SS21, WS21/22, SS 22, WS 23/24
Recovery from work-related stress	WS 23/24
Arbeitsmotivation	WS 19/20, SS 20, WS 20/21, SS21, WS 21/22, SS 22
Training und Arbeitsleistung	WS 19/20
Training Development	WS 22/23

Universität Bamberg (2015 – 2019)

Master

Angewandte Personalauswahl	SS 19
Situational Judgement Tests	SS 17
Arbeitsmotivation: Theorie und Praxis	SS 18, SS 19

Bachelor

Personalauswahl	WS 16/17, WS 17/18, SS 19
aktueller Forschungsstand der Arbeits- und Organisationspsychologie	SS 17, SS 18, WS 18/19
angewandte Motivationsforschung	WS 17/18

Ad-hoc Gutachten

Applied Psychology - An International Review
Journal of Organizational Behavior
Journal of Work and Organizational Psychology
Journal of Experimental Social Psychology

eingeworbene Drittmittel

Reiseförderung

für die 20th conference of the european association of work and organizational Psychology, Glasgow, UK (Konferenz wurde aufgrund von Corona abgesagt)
Deutscher akademischer Austauschdienst (DAAD)

Mitgliedschaft in Fachgesellschaften

Society of Industrial and Organizational Psychology (SIOP)
European Association of Work and Organizational Psychology (EAWOP)
Deutsche Gesellschaft für Psychologie (DGPs)

Universitäre Selbstverwaltung

Mitglied der Ethikkommission des Instituts für Psychologie der Universität Würzburg (seit 2022)

Betreute Abschlussarbeiten

Masterarbeiten (Anzahl: 15)

Die Bedeutung positiver psychologischer Ressourcen: Eine Tagebuchstudie zum Zusammenhang von sozialer Unterstützung sowie psychologischer Sicherheit am Arbeitsplatz mit Burnout (2023)
"Führt Ihr Homeoffice-Arbeitsplatz zu mehr Zufriedenheit und Arbeitsengagement?" Eine Studie zur Arbeitsplatzgestaltung im Homeoffice sowie der physischen Abgrenzungsfähigkeit im Sinne des Boundary Managements (2021)
"Sharing is Caring" - Inwiefern beeinflusst die Wahrnehmung der sozialen Verantwortung von Unternehmen das Mitarbeiterengagement? (2021)
Social leisure activities as predictor of psychological detachment and work-related rumination. (2021)
Dealing with daily unfinished tasks! How sleep quality and recovery are related to daily unfinished tasks and how this relationship is moderated by personality traits (2021)
Does personality affect perceived stress? The relationship between daily stressors, strain, and personality (2021)
Dealing with daily unfinished tasks! How recovery and sleep quality are related to daily unfinished tasks and how this relationship is moderated by personality traits (2021)
Achtsam abschalten – Wie Achtsamkeit den Zusammenhang zwischen unerledigten Aufgaben auf der Arbeit und affektiver Rumination sowie mentalem Abschalten moderiert (2021)
Run to unwind! - Does leisure time physical activity moderate the relationship of unfinished tasks at work and detachment? (2020)

The Impact of Positive and Negative Work Reflection During Off-job Time on Daily Vitality and Tiredness: A Diary Study (2020)

Spielt Ähnlichkeit eine Rolle? Der Zusammenhang zwischen der Ähnlichkeit in Mentoring-Beziehungen, der wahrgenommenen Unterstützung und der Führungsmotivation (2019)

Design Your Job: Does Job Crafting Mediate the Relationship Between Regulatory Focus and Work Engagement on a Specific Working Day? (2019)

Positive und negative Gedanken an die Arbeit: Eine Tagebuchstudie zum Einfluss der Reflektion negativer und positiver Arbeitsereignisse auf die Arbeitsleistung und persönliche Initiative und die moderierende Rolle der Handlungs- und Lageorientierung (2018)

"Gut geschlafen?" Die Auswirkungen einer Intervention zu arbeitsbezogenen Gedanken auf die alltägliche Beziehung von Affekt und Schlafqualität bei Arbeitnehmenden (2018)

The influence of micro-breaks on daily work engagement (2018)

Bachelorarbeiten (Anzahl: 9)

Sind Berufstätige engagierter, wenn sie sich auf ihre Freizeit freuen? Der Zusammenhang zwischen Ressourcen am Morgen, Vorfreude auf die Freizeit und Arbeitsengagement (2023)

Steigert erfolgreiches Onboarding die Arbeitszufriedenheit neuer Mitarbeiter*innen? - Der Zusammenhang zwischen effektiver Integration, organisationaler Unterstützung, affektivem Commitment und der Arbeitszufriedenheit neuer Mitarbeiter*innen (2023)

Die Bedeutung von impliziten Ressourcenannahmen für den Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Arbeitsengagement (2022)

Effects of time management on perceived stress: an experimental intervention study with leaders (2022)

Der Zusammenhang von Leisure Crafting mit den Big Five Persönlichkeitsfaktoren, Wohlbefinden & Arbeitsengagement (2021)

The Relationship between Recovery-Related Self-Efficacy and Recreative Activities and their Relation to Recovery from Job Stress (2020)

Auswirkungen von Interventionen zu arbeitsbezogenen Gedanken auf die psychische Gesundheit und die moderierende Rolle von Achtsamkeit (2018)

Der Zusammenhang zwischen dem mentalen Abschalten von der Arbeit und dem mentalen Vorbereiten auf die Arbeit mit dem Arbeitsmanagement von Beschäftigten am Morgen und nach der Mittagspause (2018)

Do affects have an effect on work motivation? The influence of positive and negative thoughts on effort and persistence (2017)