

Regula Pfister

Flow im Alltag

Untersuchungen zum Quadrantenmodell
des Flow-Erlebens und zum Konzept
der autotelischen Persönlichkeit mit der
Experience Sampling Method (ESM)



PETER LANG

Bern • Berlin • Bruxelles • Frankfurt a. M. • New York • Oxford • Wien

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	11
1.1	Ausgangslage	11
1.2	Theoretische Ansätze zum positiven affektiven Erleben bei der Arbeit	15
1.3	Die Entwicklung des Flow-Modells	20
1.3.1	Der Anfang: Qualitativer Zugang	20
1.3.2	Quantitativer Zugang	24
1.4	Das zweidimensionale Modell affektiver Zustände	31
1.5	Flow und Persönlichkeit	35
1.6	Fragestellungen	41
1.6.1	Tätigkeit und Befinden	41
1.6.2	Persönlichkeit und Befinden	43
2	Methode	47
2.1	Untersuchungsablauf	47
2.2	Untersuchungsmaterial	49
2.3	Stichprobe	50
2.4	Variablen	52
2.5	Datenanalyse	57
2.5.1	Traditionelle Ansätze	58
2.5.2	Mehrebenenanalyse	61
3	Das Befinden im Flow-Quadranten	67
3.1	Einleitung	67
3.2	Methode	71

3.3	Ergebnisse	74
3.3.1	Das Befinden in den Quadranten	74
3.3.2	Das Befinden in den Quadranten in Arbeit und Freizeit	77
3.4	Diskussion	82
4	Die Effekte von Anforderungen und Können auf das Befinden	87
4.1	Einleitung	87
4.2	Methode	93
4.3	Ergebnisse	97
4.3.1	Quellen der Varianz beim Befinden	97
4.3.2	Effekte der Anforderungen und des Könnens (Haupteffektmodell)	98
4.3.3	Gleichgewichtsmodelle	103
4.4	Diskussion	112
5	Ein Exkurs: Die Operationalisierungen der „challenges“	117
5.1	Einleitung	117
5.2	Methode	120
5.3	Ergebnisse	122
5.3.1	Verteilungen und Korrelationen von Anforderungen und Herausforderung	122
5.3.2	Korrelationen zwischen Anforderungen/ Herausforderung und Können	123
5.3.3	Effekte von Anforderungen/Herausforderung auf das Befinden	123
5.4	Diskussion	127

	Das Befinden in Arbeit und Freizeit	131
	6.1 Einleitung	131
	6.2 Drei Ansätze zur Erklärung des I unterschiedlichen Befindens im Flow-Quadranten o in Arbeit und Freizeit	133
	6.3 Methode.	139
	6.4 Ergebnisse.	141
	6.5 Diskussion.	150
7	Die individuellen Effekte von Anforderungen und Können	155
	7.1 Einleitung	155
	7.2 Methode.	158
	7.3 Ergebnisse.	161
	7.3.1 Effekte im Differenzmodell	162
	7.3.2 Effekte im Interaktionsmodell.	176
	7.4 Diskussion.	181
8	Die Effekte der Persönlichkeit auf das Befinden.....	187
	8.1 Einleitung	188
	8.1.1 Das Konzept der autotelischen Persönlichkeit	188
	8.1.2 Fragestellungen.	191
	8.2 Methode.	193
	8.3 Ergebnisse.	196
	8.3.1 Direkte und moderierende Effekte der Persönlichkeit	196
	8.3.2 Ergänzende Analysen	205
	8.4 Diskussion.	213

9	Diskussion	219
9.1	Die wichtigsten Befunde und ihre Bedeutung für die Flow-Psychologie	220
9.1.1	Tätigkeitscharakteristika und Befinden	221
9.1.2	Persönlichkeit und Befinden	228
9.1.3	Bewährt sich das Quadrantenmodell?	232
9.2	Die Befunde aus arbeits- und organisationspsychologischer Sicht	237
9.3	Methodenkritische Anmerkungen	241
9.3.1	Experience Sampling Method (ESM)	241
9.3.2	Mehrebenenanalyse	244
9.4	Ausblick	245
10	Zusammenfassung	249
	Literaturverzeichnis	255