

Nicole Deci

---

## Selbstgefährdung in Tagebuchstudien

## Ablauf

---

- Warum Untersuchung im Tagebuchdesign?
- Studie: “Some days won’t end ever”
- Weitere Tagebuchstudie
- Diskussionsfragen

- Warum Untersuchung im Tagebuchdesign?
- Studie: “Some days won’t end ever”
- Weitere Tagebuchstudie
- Diskussionsfragen

## Startpunkt: Definition, Konzeptualisierung

- „Handlungen von Erwerbstätigen, welche mit dem Ziel der Bewältigung arbeitsbezogener Stressoren ausgeübt werden, jedoch gleichzeitig die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten von Erkrankungen erhöhen und/oder notwendige Regeneration verhindern“ (Krause et al., 2015, S. 3f.)
- Überkompensationsstrategien bei Imbalance zwischen hohen Arbeitsbelastungen und geringen Ressourcen (Aronsson et al., 2014; Astvik & Melin, 2012)

## Angemessene Methodik

- 1) Stressoren und Bewältigung = Keine stabilen, sondern fluktuierende Variablen
- 2) Tägliche intraindividuelle Schwankungen
  - Annahme von Querschnittstudien: Die untersuchten Konstrukte sind einigermaßen stabil! (Ohly, Sonntag, Niessen, & Zapf, 2010)
- 3) Definition der Selbstgefährdung = Impliziert intraindividuelle Beziehungen/Veränderungen

## Vorteile der Tagebuchstudie: (Lischetzke, 2014; Ohly, Sonntag, Niessen, & Zapf, 2010)

- Berücksichtigung der Fluktuationen von Variablen
- Hilft Prozesse im Arbeitskontext zu verstehen: Prozesse werden aufgedeckt/im Gegensatz zu statischen Modellen
- Wir lernen mehr über sich verändernde Zustände
- Untersuchung im natürlichen Kontext, Situation wird mit einbezogen
- Zeitnahe, situationsspezifische Messung deckt eher tatsächliches Verhalten als Verhaltenstendenzen auf

- Warum Untersuchung im Tagebuchdesign?
- Studie: “Some days won’t end ever”
- Weitere Tagebuchstudie
- Diskussionsfragen

“Some days won’t end ever”:

Self-endangering work behaviour as a boundary condition for challenge versus hindrance effects of time pressure

## Challenge-hindrancel-framework

(Cavanaugh, Boswell, Roehling, & Boudreau, 2000; LePine, LePine, & Jackson, 2004)

### Hindrancel Demands

- Einleiten eines gesundheitsschädigenden Prozesses
- Ohne motivationale Gewinne
- Z.B. Rollenkonflikte

### Challenge Demands

- Triggern den motivationalen Pfad des Job demands-resources model (↑work engagement)
- Sind dennoch ressourcenverbrauchend, negativer Effekt auf Gesundheit

(Chong, Van Eerde, Chai, & Rutte, 2011; LePine, Podsakoff, & LePine, 2005)

a priori

7

## Challenge-hindrancel-framework

(Cavanaugh, Boswell, Roehling, & Boudreau, 2000; LePine, LePine, & Jackson, 2004)

### Studienlage

#### (Primary) Appraisal of demands (z.B. Zeitdruck)

Zeitdruck = Als challenge oder hindrance (Webster et al., 2011; Searle & Auton, 2015)

- Reicht laut Transaktionales Stressmodell (Lazarus & Folkman, 1987) nicht aus



Zusätzl. Secondary appraisal, Coping

#### Secondary appraisal: Coping processes

Proaktives Coping zur Bewältigung von Challenge demands:

- niedrigere Burnoutwerte & höherer Grad an Motivation (Searle & Lee, 2014)

8

## Maladaptives Copingverhalten: Selbstgefährdende Strategien

- **Intensivierung:**

- Arbeitstempo erhöhen
- Mehr Aufgaben in der vorgegebenen Zeit erledigen

- **Ausdehnen der Arbeitszeit:**

- Zeitvariable wird ausgeweitet
- Überstunden
- Pausen ausfallen lassen (Krause et al., 2015)

=

### Kostenintensiv:

- Erhöhte Anstrengung →
  - Höhere energetische Kosten
  - Ressourcen aufbrauchend (Hockey, 1997, Hobfoll, 1989)
  - Mangelde Erholung (Krause et al., 2015; effort-recovery model, Meijman & Mulder, 1998)

9

## Maladaptives Copingverhalten: Selbstgefährdende Strategien

### Kostenintensiv:

- Erhöhte Anstrengung →
  - Höhere energetische Kosten
  - Ressourcen aufbrauchend (Hockey, 1997, Hobfoll, 1989)
  - Mangelde Erholung (Krause et al., 2015)



**Gesundheit:** Negative, gesundheitsbezogene Wirkung der challenge demands wird verstärkt

### Motivation:

- Aufzubringende Anstrengung zur Zielerreichung zu groß (LePine et al., 2005)
- Längere Aufrechterhaltung der Strategien → Biologische/physiologische Kosten (Hockey, 1997)
- Erholungsprozesse werden beeinträchtigt → Angemessene Erholung u. Energielevel = Voraussetzung für vigor (Sianoja, Kinnunen, de Bloom, Korpela, & Geurts, 2016; Sonnentag, 2003)

10

## Hypothese 1:

Die positive Beziehung zwischen Zeitdruck und Irritation wird durch die Strategien a) Intensivierung und b) Ausdehnung moderiert, so dass die Beziehung an Tagen mit hohen Ausprägungen des Moderators stärker ist als an Tagen mit niedrigen Ausprägungen des Moderators.

## Hypothese 2:

Die positive Beziehung zwischen Zeitdruck und Work engagement wird durch die Strategien a) Intensivierung und b) Ausdehnung moderiert, so dass die Beziehung an Tagen mit hohen Ausprägungen des Moderators negativ und an Tagen mit niedrigen Ausprägungen des Moderators positiv ist.

122 Beschäftigte (71 % weiblich)

- 38.31 Jahre ( $SD = 12.12$ ;  $range = 19-62$  Jahre)
- Berufsdauer: 14.43 Jahre ( $SD = 10.93$ ;  $range = 0.50-45$  years)
- 82.8 % Vollzeit
- 95.1 % Festanstellung

## Öffentliche Einrichtungen:

Stadtverwaltung (31.1 %)

(Regionales) Finanzamt (57.5 %)

Bundesamt (11.5 %)

## Tagebuchstudie:

- Basisfragebogen +
- Fünf Tage:
- ✓ Direkt nach der Arbeit
- ✓ Vor dem Zubettgehen

## Multilevel SEM mit MPlus

13

Skala	Beispielitem	Antwortskala	Quelle
<b>Direkt nach der Arbeit</b>			
Zeitdruck 3 Items ( $\alpha = .83-.90$ )	Today, I was pressed for time.	1 ("strongly disagree") to 5 ("strongly agree")	Semmer, Zapf & Dunckel, 2007
Work engagement 9 Items ( $\alpha = .88-.93$ )	Today at work, I felt bursting with energy	1 (totally disagree) to 5 (strongly agree)	Breevaart, Bakker, Demerouti, & Hetland, 2012
<b>Vor dem Zubettgehen</b>			
Irritation 7 Items ( $\alpha = .85-.87$ )	Even at home, I thought of my problems at work	1 (strongly disagree) to 7 (strongly agree)	Mohr, Rigotti, & Müller, 2005
Selbstgefährdung: Intensivierung und Ausdehnung 2 Items jeweils (I: $\alpha = .70-.76$ A: $\alpha = .01-.28$ )	Have you worked at a pace and intensity today that you cannot keep up in the long run?  Did you work extra hours today?	0 = no and 1 = yes	Krause et al., 2015

14

	Irritation	Work Engagement
	B(SE)	B(SE)
Intercept	2.52(.21)***	3.60(.32)***
Zeitdruck	.10(.05)*	.12(.06)
Intensivierung	.10(.05)*	.03(.06)
Ausdehnung der Arbeitszeit	-.08(.05)	.11(.064)
Zeitdruck X Intensivierung	<b>.12(.06)*</b>	.03(.07)
Zeitdruck X Ausdehnung	.08(.05)	<b>-.20(.07)**</b>
Pseudo R <sup>2</sup>	.009	.020

15

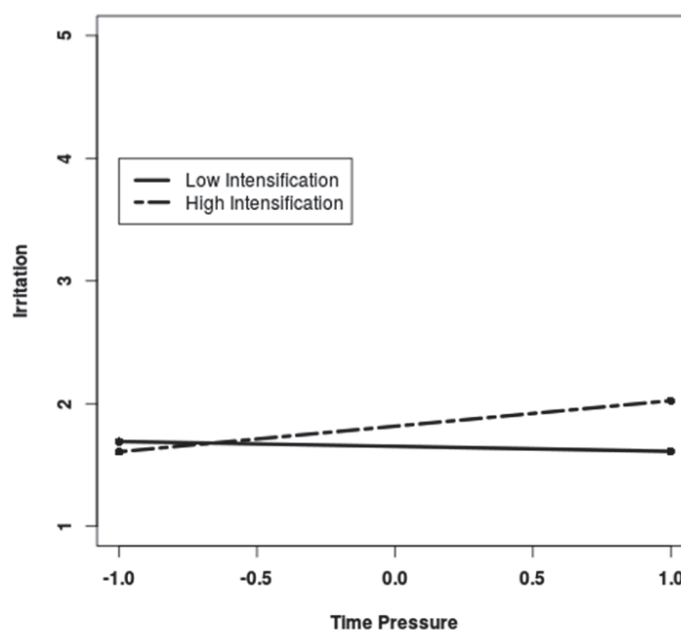


Abbildung 1: Interaktion zwischen Zeitdruck und Intensivierung (outcome: Irritation).

16



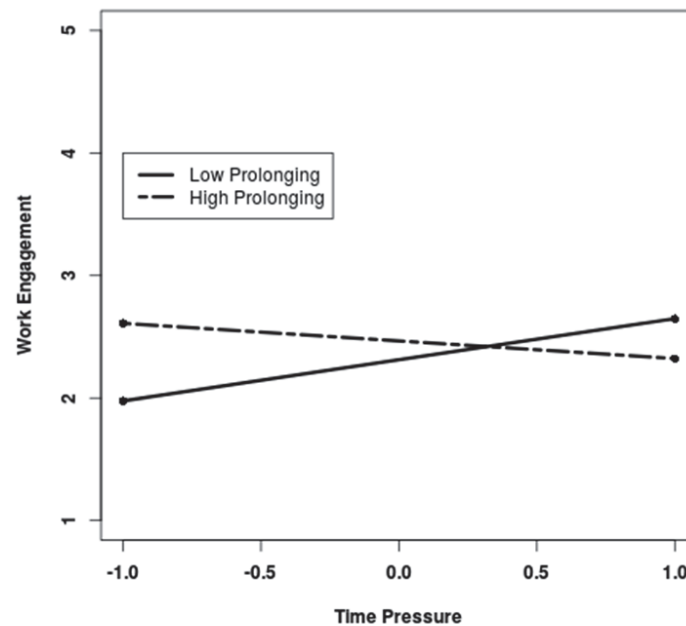


Abbildung 2: Interaktion zwischen Zeitdruck und Ausdehnung (outcome: Work engagement).

17

## Intensivierung moderiert Zeitdruck → Irritation:

- Verbrauch von Ressourcen (Hobfoll, 1989)
- Entstehen zusätzlicher Kosten (Hockey, 1997)
- Symptom: Zeitdruck überstrapaziert Beschäftigten

## Keine Effekte auf die Zeitdruck-Work engagement Beziehung:

- Effekt eventuell kompensiert durch Zielannäherung
- Intensivierung beinhaltet Teile des Work engagements → („I feel happy when I am working intensely“)

## Ausdehnung moderiert Zeitdruck → work engagement:

- Zusätzliche Beeinträchtigung von Erholungsprozessen
- Erholung → hohes Energielevel → Voraussetzung für vigor

## Keine Effekte auf die Zeitdruck-Irritation Beziehung:

- Hobfoll (1989): Mangelnder Ressourcenaufbau ist weniger belastend als Ressourcenverlust und/oder
- Hohes Aktivierungsniveau durch schnelles Arbeiten (=Intensivierung) ist relevanter → bleibt eher bestehen

18

- Warum Untersuchung im Tagebuchdesign?
- Studie: “Some days won’t end ever”
- **Weitere Tagebuchstudie**
- Diskussionsfragen

## Tagebuchstudie

- Basisfragebogen
- Fünf Tage (Montag-Freitag):
  - ✓ Mittags
  - ✓ Nach der Arbeit
  - ✓ Vor dem Zubettgehen

## Zusätzliche Variablen:

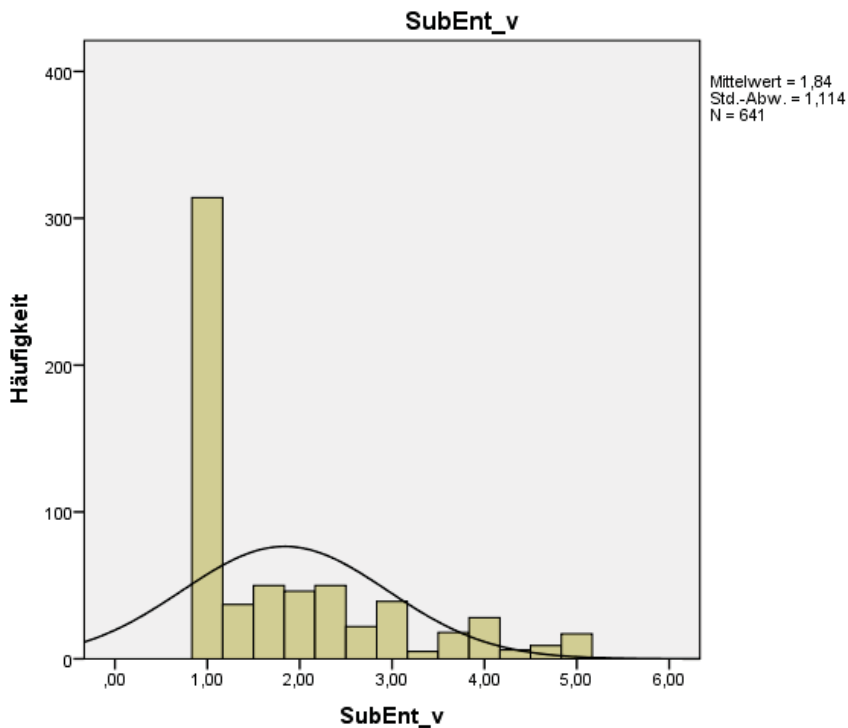
- Leistungsdruck (neben Zeitdruck)
- Primary appraisal
- Emotionen
- Coping

= **höhere Beachtung von Emotionen und Bewertungsprozessen** (Lazarus & Folkman, 1987)

- Persönlichkeitsvariablen: Leistungsbezogener Selbstwert, Leistungsmotivation, Performance Expectations (eigene), Job Involvement

= **Identifikation von Risikogruppen**

- Warum Untersuchung im Tagebuchdesign?
- Studie: “Some days won’t end ever”
- Weitere Tagebuchstudie
- **Diskussionsfragen**



## Methodischer Umgang mit selten vorkommenden Strategien:

### Substanzkonsum

- Welche auswertungs-  
methodischen  
Möglichkeiten gibt es?  
Oder
- Überarbeitung der Skala

### Erste Ideen:

- 1) Differenzierte Antwortskala  
(mehrmals am Tag, 1x Tag...)
- 2) Antwortskala: Erhebung über  
Mengen (z.B. bei Kaffee, 5-7  
Tassen, ...)
- 3) Trennung von Soft- und  
Neuroenhancement
- 4) Strategien zur Reduktion der  
sozialen Erwünschtheit

Vielen Dank für die Diskussion!