



Westsächsische Hochschule Zwickau

University of Applied Sciences

HOCHSCHULE FÜR MOBILITÄT | UNIVERSITY FOR MOBILITY

Vermittlung des Zusammenhangs zwischen Work-family Konflikten und dem Gesundheitsverhalten durch emotionale Kompetenzen bei Studierenden und Beschäftigten der WHZ

Modul: GPW 625-III

Datum: 28.01.2022

Referent: Manuel Meier

Erstbetreuerin: Prof. Dr. rer. Medic. Gabriele Buruck

Zweitbetreuerin: Melanie Merkel M. Sc.

Gliederung

1. Problem- und Zielstellung
2. Hintergrund
3. Fragestellung und Hypothesen
4. Methodologie
5. Ergebnisse
6. Diskussion
7. Literatur

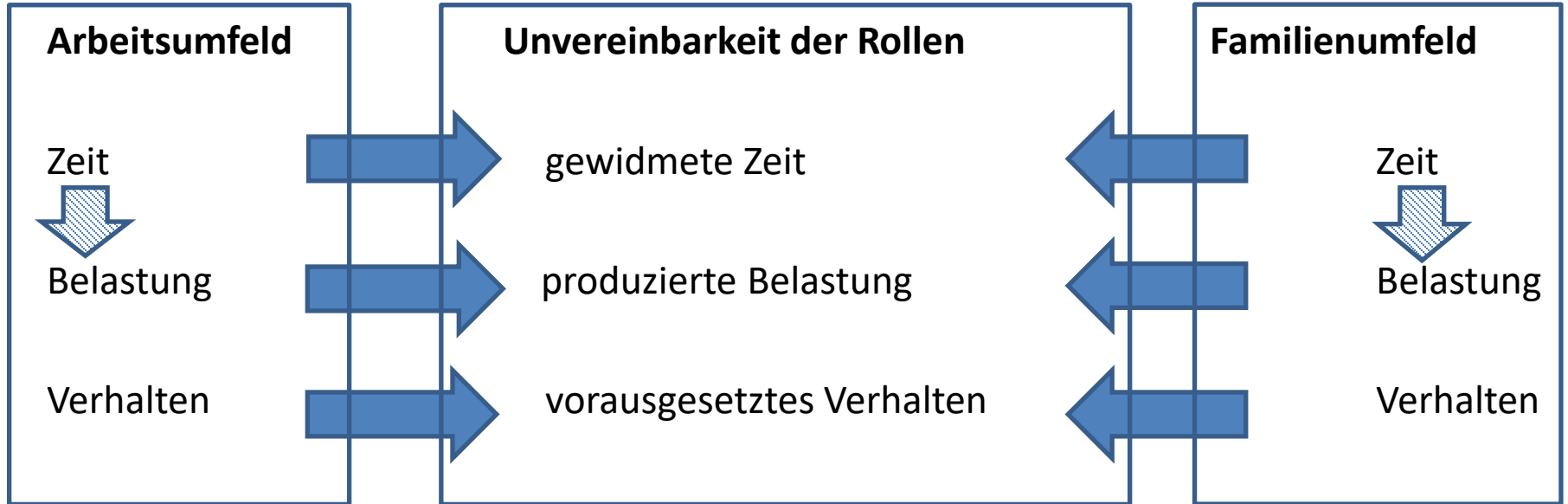


1. Problem- und Zielstellung

- Anstieg von gesundheitsschädigenden Verhaltensweisen *(Gallo et al., 2020; Jordan et al., 2020; Vanderbruggen et al., 2020)*
- Flexibilisierung und Entgrenzung der Arbeitswelt *(Burke, 1988; Greenhaus & Beutell, 1985; Zhou et al., 2018)*
- Outcomes der Work-family Konflikte spiegeln Indikatoren problematischer Emotionsregulation wider *(Barnov, 2012)*
- Erfolgreiche Emotionsregulation geht mit physischer und psychischer Gesundheit einher *(Barnov, 2012)*

- Ziele:
- (1) Umgang der Situation
 - (2) Untersuchung Zusammenhang Work-family Konflikte, emotionale Kompetenzen und Gesundheitsverhalten
 - (3) Vermitteln emotionale Kompetenzen den Zusammenhang aus (2) ?

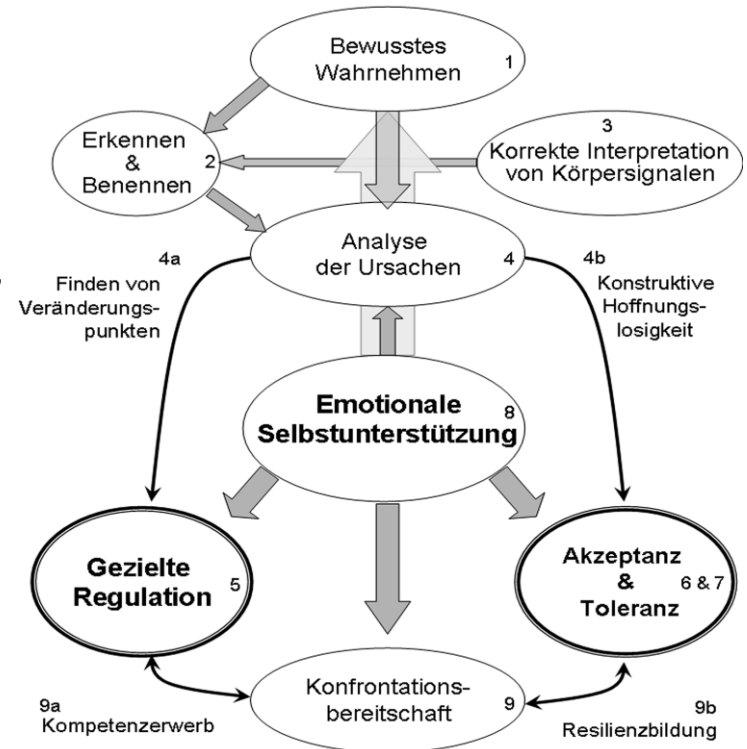
2. Hintergrund – Work-family Konflikte



Quelle: Eigene Darstellung nach Greenhaus & Beutell 1985:78

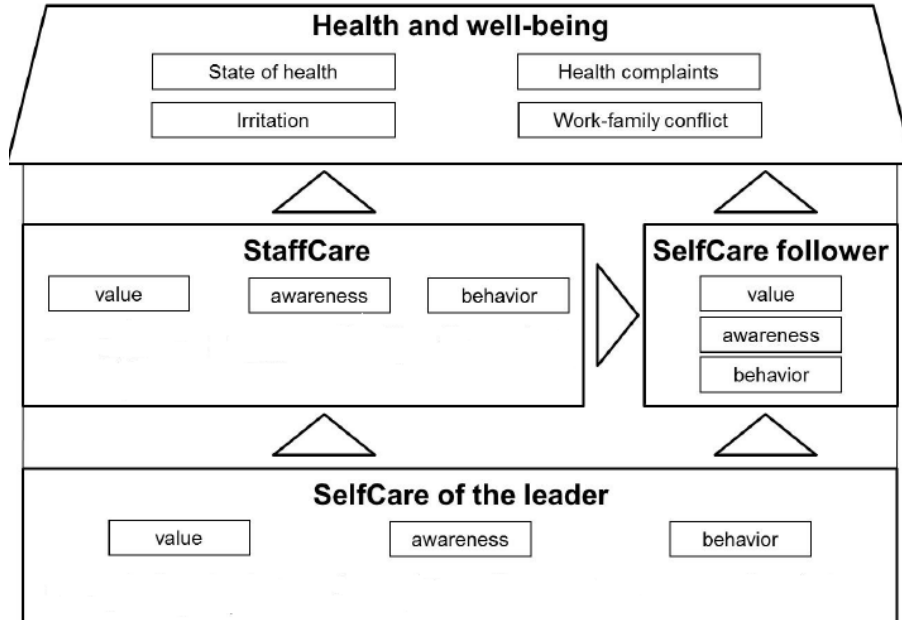
2. Hintergrund – Emotionale Kompetenzen

Emotionen begleiten unser Denken und Handeln, Stimmungen „legen die Welt aus“ und helfen uns, in Ihr zurechtzufinden. (Hüllshoff 2012:7)



Quelle: Berking & Znoj 2008:142

2. Hintergrund - Gesundheitsverhalten



Quelle: Franke et al. 2014:142



Quelle: Peseschkian & Remmers 2013:41

3. Fragestellung und Hypothesen

- Fragestellung 1: Wie unterscheiden sich Konflikte im Beruf oder Studium und der Familie, emotionale Kompetenzen und das Gesundheitsverhalten von Studierenden und Beschäftigten an der WHZ?
- Fragestellung 2: Besteht ein Zusammenhang zwischen Work-family Konflikten, emotionalen Kompetenzen und dem Gesundheitsverhalten? (H1 – H3)
- Forschungsfrage: Vermitteln emotionale Kompetenzen den Zusammenhang zwischen Work-family Konflikten und Gesundheitsverhalten? (H4 –H7)

4. Methodologie

- Datengrundlage
 - T2 November 2020
 - Stichprobe n = 545
 - Verwendung standardisierter Fragebögen
 - I. HOL-Selfcare (*Franke & Felfe, 2011*)
 - II. Sek-27 (*Berking & Znoj, 2011*)
 - III. WFCS (*Netemeyer et al., 1996*)
- Statistische Mittel zur Untersuchung der Fragestellungen
 - 1: Mittelwerte, Standardabweichung (s), Mann-Whitney-u-Test
 - 2: Pearson Produkt-Moment-Korrelation
 - 3: Mediationsanalyse

5. Ergebnisse - Fragestellung 1

- Antwortmöglichkeiten mit Likert Skala (5-fach gestuft)
 - Gesundheitsverhalten (Wertebereich 1-5)
 - Emotionale Kompetenzen (Wertelabels 0-4)
 - Work-family Konflikt (Wertebereich 1-5)
- Mittelwertvergleich

Variable	Mittelwerte (s)		Mann Whitney-U- Test
	Studierende	Beschäftigte	
Gesundheitsverhalten	3,30 (s = .84)	3,54 (s = .97)	p < .05*
Work-family Konflikt	2,63 (s = .99)	2,36 (s = 1.08)	p < .05*
Akzeptanz	2,69 (s = .73)	2,86 (s = .74)	p < .05*
Toleranz	2,43 (s = .88)	2,78 (s = .74)	p < .05*
Regulation	2,25 (s = .86)	2,63 (s = .76)	p < .05*

➔ Beschäftigte weisen signifikant bessere Mittelwerte als Studierende auf.

5. Ergebnisse - Fragestellung 2

Korrelationsanalyse

Studierende		Akzeptanz	Regulation	Toleranz	HOL
SFK	Pearson-Korrelation	-,183**	-,344**	-,317**	-,289**
	Signifikanz (2-seitig)	0,002	0,000	0,000	0,000
	N	272	272	272	261
Akzeptanz	Pearson-Korrelation		,675**	,690**	,359**
	Signifikanz (2-seitig)		0,000	0,000	0,000
	N		383	383	261
Regulation	Pearson-Korrelation	,675**		,710**	,450**
	Signifikanz (2-seitig)	0,000		0,000	0,000
	N	383		384	261
Toleranz	Pearson-Korrelation	,690**	,710**		,363**
	Signifikanz (2-seitig)	0,000	0,000		0,000
	N	383	384		261

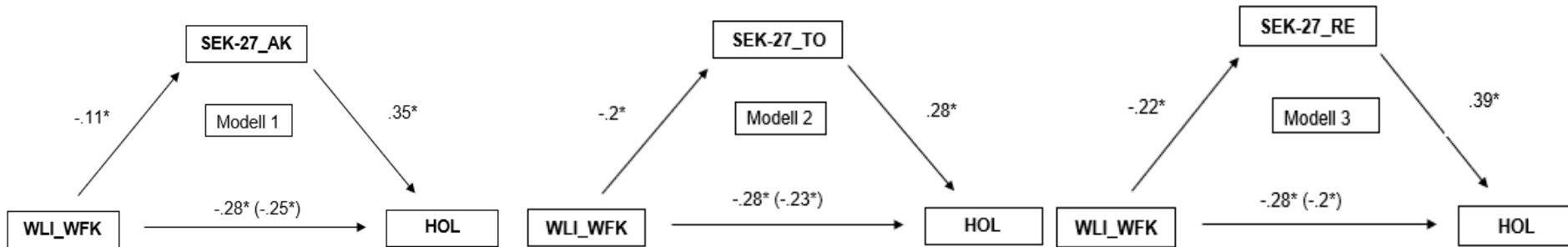
Beschäftigte		Akzeptanz	Regulation	Toleranz	HOL
WFK	Pearson-Korrelation	-0,026	-0,058	-0,022	-,428**
	Signifikanz (2-seitig)	0,801	0,569	0,830	0,000
	N	98	98	98	95
Akzeptanz	Pearson-Korrelation		,675**	,690**	,251*
	Signifikanz (2-seitig)		0,000	0,000	0,014
	N	383	383	383	95
Regulation	Pearson-Korrelation	,675**		,710**	,380**
	Signifikanz (2-seitig)	0,000		0,000	0,000
	N	383	384	384	95
Toleranz	Pearson-Korrelation	,690**	,710**		,209*
	Signifikanz (2-seitig)	0,000	0,000		0,042
	N	383	384	384	95

➡ Studierende: Signifikante Korrelation aller Variablen

➡ Beschäftigte: Signifikante Korrelation WFK und HOL sowie emotionale Kompetenzen (Ak, Re, To) und HOL

5. Ergebnisse – Fragestellung 3

- Mediationsanalysen



- Testung indirekter Effekte

Modell	Indirekter Effekt		95% CI
	Effektstärke	Bootstrap	
Modell 1*	-.0382	.0158	[-.0728, -.0108]
Modell 2*	-.0556	.0166	[-.0908, -.0265]
Modell 3*	-.0800	.0214	[-.1340, -.0505]

➔ Emotionale Kompetenzen (Ak, Re, To) vermitteln signifikanten Anteil des Zusammenhangs zwischen WFK und HOL

5. Ergebnisse

- H1-H3 Zusammenhang Variablen
 - H1: WFK und Gesundheitsverhalten: negativ
 - H2: WFK und emotionale Kompetenzen: negativ
 - H3: emotionale Kompetenzen und Gesundheitsverhalten: positiv
- H4 – H7 Effekte der Meditationsanalyse
 - H4: Zunahme WFK → Abnahme Gesundheitsverhalten
 - H5: Zunahme WFK → Abnahme emotionalen Kompetenzen
 - H6: Höhere emotionale Kompetenzen → besseres Gesundheitsverhalten
 - H7: Effekt von WFK auf Gesundheitsverhalten wird teilweise durch emotionale Kompetenzen vermittelt.



Statistische Ergebnisse bestätigen die literaturbasierten Hypothesen

6. Diskussion - Fragestellung 1

Diskussion der Ergebnisse

- Mittelwerte der MOBILAS- Studie sind niedriger als in Literatur

Variable	Mittelwerte MOBILAS (s)		Mittelwerte aus Literatur (s)	Autoren
	Studierende	Beschäftigte		
Gesundheitsverhalten	3,30 (s = .84)	3,54 (s = .97)	3,61 (s = .82)	Franke et al., 2014
Work-family Konflikt	2,63 (s = .99)	2,36 (s = 1.08)	2.29 (s = 1.17)	Frone et al., 1997
Akzeptanz	2,69 (s = .73)	2,86 (s = .74)	2.95 (s = .64)	Berking & Znoj, 2008
Toleranz	2,43 (s = .88)	2,78 (s = .74)	2.76 (s = .76)	Berking & Znoj, 2008
Regulation	2,25 (s = .86)	2,63 (s = .76)	2.52 (s = .74)	Berking & Znoj, 2008

6. Diskussion – Fragestellung 2 & 3

Fragestellung 2

- Signifikante Korrelation aller Faktoren bei Studierenden
- Keine Korrelation zwischen WFK emotionalen Kompetenzen bei Beschäftigten

Fragestellung 3

- Signifikante Mediation eines Effektes von WFK auf Gesundheitsverhalten
- Modell, welches alle Mediatorvariablen inkludiert: Mediationsvariablen sind redundant
- Kovariaten (Alter, Geschlecht, Beschäftigung) sind nicht signifikant in Gesamtmodellen

6. Diskussion

Diskussion der Methodik

- Generalisierbarkeit der Ergebnisse ist limitiert *(Bortz & Döring, 2006)*
- Querschnittsdesign limitiert kausalen Zusammenhang zwischen Variablen *(Hayes, 2018; Baltes-Götz, 2020)*
- Erhebungsmethoden bieten zusätzliche Konstrukte.
 - I. Hol - Gesundheitliche Führung *(Franke et al., 2014; Berkman & Preslow, 1983)*
 - II. Sek -27 Erfassung aller emotionaler Kompetenzen *(Berking, 2010)*
 - III. Family-work Konflikte *(Frone et al., 1992; Burke, 1988)*
- „causal step approach“ gilt als veraltet *(Hayes, 2009; Baron & Kenny, 1986)*

Praktische Implikation

- Positive Psychotherapie fördert angemessenen Umgang mit Konflikten *(Peseschkian, 2010)*
- Training emotionaler Kompetenzen zum konstruktiven Umgang mit Gefühlen *(Berking, 2007)*
- Steigerung Gesundheitsverhalten mit Hilfe von Verhaltens- und Verhältnisprävention *(Jordan et al., 2020)*

7. Literatur

- Baltès-Götz, B. (2020). Mediator- und Moderatoranalyse mit SPSS und PROCESS. Zentrum für Informations-, Medien- und Kommunikationstechnologie (ZIMK), Universität Trier. Zugriff am 23.12.2021. Verfügbar unter: <https://www.uni-trier.de/fileadmin/urt/doku/medmodreg/medmodreg.pdf>
- Baron, R. & Kenny, D. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. In: *Journal of Personality and Social Psychology* 51, S. 1173–1182. DOI: 10.1037//0022-3514.51.6.1173.
- Barnow, S. (2012). Emotionsregulation und psychopathologie: Ein Überblick [Emotion regulation and psychopathology. An overview]. *Psychologische Rundschau*, 63(2), 111–124. <https://doi.org/10.1026/0033-3042/a000119>
- Berking, M. (2007). *Training Emotionaler Kompetenzen*, 1. Aufl. Heidelberg: Springer.
- Berking, M. & Znoj, H. (2008). Entwicklung und Validierung eines Fragebogens zur standardisierten Selbsteinschätzung emotionaler Kompetenzen (SEK-27). In: *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie* 56 (2), S. 141–153. DOI: 10.1024/1661-4747.56.2.141.
- Berking, M. (2010). *Training Emotionaler Kompetenzen*, 2. Aufl. [The Affect Regulation Training: ART, 2nd ed.]. Heidelberg, Germany: Springer.
- Berking, M. & Znoj, H. (2011). SEK-27. Fragebogen zur standardisierten Selbsteinschätzung emotionaler Kompetenzen [Verfahrensdokumentation aus PSYNDEX Tests-Nr. 9005957, Fragebogen und Auswertungsanweisung]. In *Leibniz-Zentrum für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID)* (Hrsg.), *Elektronisches Testarchiv*. Trier: ZPID. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.387>
- Berkman, L. F. and Breslow, L. (1983). *Health and ways on living; The Alameda county study*. Oxford University Press, New York.
- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozial-wissenschaftler* (4., überarb. Aufl.). Heidelberg: Springer.
- Burke, R. J. (1988). Some antecedents and consequences of work-family conflict. *Journal of Social Behavior and Personality*, 3, 287-302.

7. Literatur

- Franke F. & Felfe J. (2011). Diagnose gesundheitsförderlicher Führung – Das Instrument „Health-oriented Leadership“. In: Badura B., Ducki A., Schröder H., Klose J., Macco K. (eds) Fehlzeiten-Report 2011. Fehlzeiten-Report, vol 2011. Springer, Berlin, Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-642-21655-8_1
- Franke, F., Felfe, J. & Pundt, A. (2014). The Impact of Health-Oriented Leadership on Follower Health: Development and Test of a New Instrument Measuring Health-Promoting Leadership. In: German Journal of Human Resource Management 28 (1-2), S. 139–161. DOI: 10.1177/239700221402800108.
- Frone, M. R., Russell, M. & Cooper, M. L (1992). Prevalence of work-family conflict: Are work and family boundaries asymmetrically permeable? In: J. Organiz. Behav. 13 (7), S. 723–729. DOI: 10.1002/job.4030130708.
- Frone, M. R., Russell, M. & Cooper, M. L. (1997). Relation of work–family conflict to health outcomes: A four-year longitudinal study of employed parents. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 70(4), 325–335.
- Gallo, L. A., Gallo, T. F., Young, S. L., Moritz, K. M. & Akison, L. K. (2020). The Impact of Isolation Measures Due to COVID-19 on Energy Intake and Physical Activity Levels in Australian University Students. In: *Nutrients* 12 (6). DOI: 10.3390/nu12061865.
- Greenhaus, J. H. & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10 (1), 76-88.
- Grützmacher, J., Gusy, B., Lesener, T., Sudheimer, S. & Willige, J. (2018). Gesundheit Studierender in Deutschland 2017. Ein Kooperationsprojekt zwischen dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung, der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse. Zugriff am 23.12.2021. Verfügbar unter: <https://www.tk.de/resource/blob/2050660/8bd39eab37ee133a2ec47e55e544abe7/gesundheitsstudierender-in-deutschland-2017-studienband-data.pdf>
- Hayes, A. F. (2009). Beyond Baron and Kenny: Statistical Mediation Analysis in the New Millennium. In: *Communication Monographs* 76 (4), S. 408–420. DOI: 10.1080/03637750903310360.

7. Literatur

- Hayes, A. F. (2018). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis. A regression-based approach. Second edition. New York: The Guilford Press (Methodology in the social sciences).
- Hülshoff, T. (2012). Emotionen. Eine Einführung für beratende, therapeutische, pädagogische und soziale Berufe. 4., aktualisierte Auflage. Ernst Reinhardt Verlag München Basel
- Jordan S., Starker, A., Krug, S., Manz, K., Moosburger, R. et al. (2020). Gesundheitsverhalten und COVID-19: Erste Erkenntnisse zur Pandemie. Journal of Health Monitoring 5(S8): 2–16. DOI 10.25646/7054
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S. & McMurrian, R. (1996). Development and validation of work–family conflict and family–work conflict scales. In: Journal of Applied Psychology 81 (4), S. 400–410. DOI: 10.1037/0021-9010.81.4.400.
- Peseschkian, N. (2007). Positive Psychotherapie. Theorie und Praxis. 7. Aufl., ungekürzte Ausg. Frankfurt am Main: Fischer-Taschenbuch-Verl. (/Fischer-Taschenbücher] Geist und Psyche, 6783).
- Peseschkian, H. & Remmers, A. (2013). Positive Psychotherapie. In der Reihe „Wege der Psychotherapie“ (Positive Psychotherapy, part of the series "Ways of Psychotherapy"). München: Ernst Reinhardt Verlag. Zugriff am 23.12.2021. Verfügbar unter: https://www.bzga.de/fileadmin/user_upload/PDF/studien/drogenaffinitaet_jugendlicher_2015_rauchen-alkohol-illegale_drogen--2fc4dda2b48e6399f746517fd7983a51.pdf
- Vanderbruggen, N., Matthys, F., Van Laere, S., Zeeuws, D., Santermans, L., Van den Aemele, S. & Crunelle, C. (2020). Self-Reported Alcohol, Tobacco, and Cannabis Use during COVID-19 Lockdown Measures: Results from a Web-Based Survey. Eur Addict Res 2020;26:309-315. doi: 10.1159/000510822
- Zhou, S., Da, S., Guo, H. & Zhang, X. (2018). Work–Family Conflict and Mental Health Among Female Employees: A Sequential Mediation Model via Negative Affect and Perceived Stress. In: Front. Psychol. 9. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.00544.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

