
Alexandra Bohle

Einflussfaktoren der Mediennutzung

**Flow und weitere Faktoren der Medienselektion
am empirischen Beispiel
„Harry Potter und der Stein der Weisen“**

disserta
— Verlag

Bohle, Alexandra: Einflussfaktoren der Mediennutzung. Flow und weitere Faktoren der Medienselektion am empirischen Beispiel „Harry Potter und der Stein der Weisen“.
Hamburg, disserta Verlag, 2015

Buch-ISBN: 978-3-95935-114-0

PDF-eBook-ISBN: 978-3-95935-115-7

Druck/Herstellung: disserta Verlag, Hamburg, 2015

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Angenommen als Dissertation an der Philosophischen Fakultät der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg unter dem Originaltitel "Das Flow-Erleben beim Lesen als Einflussfaktor bei der Medienselektion"; Tag der mündlichen Prüfung: 14.07.2014

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Bearbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Die Informationen in diesem Werk wurden mit Sorgfalt erarbeitet. Dennoch können Fehler nicht vollständig ausgeschlossen werden und die Diplomica Verlag GmbH, die Autoren oder Übersetzer übernehmen keine juristische Verantwortung oder irgendeine Haftung für evtl. verbliebene fehlerhafte Angaben und deren Folgen.

Alle Rechte vorbehalten

© disserta Verlag, Imprint der Diplomica Verlag GmbH
Hermannstal 119k, 22119 Hamburg
<http://www.disserta-verlag.de>, Hamburg 2015
Printed in Germany

Danksagung

Als erstes geht mein Dank an meinen Erstbetreuer, Herrn Prof. Dr. Christoph Bläsi (ehemals Universität Erlangen-Nürnberg, jetzt Universität Mainz), der mir von Anfang an vertraut hat, mich stets unterstützt hat sowie die Interdisziplinarität meiner Fragestellung angeregt hat und auch in schwierigen Situationen immer Rat wusste. Meinem Zweitbetreuer Herrn Prof. Dr. Edwin Keiner möchte ich besonders für sein Interesse danken und die vielen methodischen Hinweise, mit denen der empirische Teil der Arbeit rund geworden ist. Meiner Mentorin, Frau Prof. Dr. Gabriele Blod, gilt der Dank für ihre inhaltliche und persönliche Unterstützung. Sie hat mir wesentlich dabei geholfen, meine Untersuchung neu zu betrachten und die Struktur zu überdenken.

Frau Prof. Dr. Sibylle Kisro-Völker, Herrn Mike Schwer und dem gesamte Team am LC der Technischen Hochschule Nürnberg Georg Simon Ohm danke ich für deren Unterstützung während der ersten Laborphase.

Ein ganz großes Dankeschön möchte ich an Frau Prof. Dr. Renate Bitzan senden, die mich auf die Existenz des Stipendiums der Landesfrauenbeauftragtenkonferenz hingewiesen hat und mich ermuntert hat, mich zu bewerben. Ebenso danke ich ihr für die Unterstützung bei der dritten Studie.

Der Landesfrauenbeauftragtenkonferenz der Hochschulen für angewandte Wissenschaften in Bayern danke ich für die Gewährung und Auszahlung der finanziellen Sicherung des Lebensunterhaltes in der Abschlussphase dieser Arbeit. Ein weiterer Dank geht an die Gruppe der Stipendiatinnen, die mich mit wertvollen Hinweisen versorgt haben und mich immer bestärkt haben.

Auch Herrn Dr. Eugen Ehmann möchte ich meinen großen Dank aussprechen. Er hat mir zum einen großen Mut zugesprochen, andererseits aber auch den richtigen Hinweis zur Beantragung von Forschungsgeldern gegeben. Der Waldemar-Bonsels-Stiftung gebührt für die Finanzierung aller drei empirischen Studien ein großer Dank. Diese Gelder haben die Forschung erst möglich gemacht.

Ohne Frau Prof. Dr. Laila Hofmann hätte ich allerdings keine Versuchspersonen in der ersten Studie bekommen, und ohne die Mithilfe von Frau Maike Wittenburg, den Kontakt über Herrn Prof. Dr. Garhammer und die technische Realisation durch Herrn

Bernhard Nicoletti diese Studie gar nicht durchführen können. Dafür mein herzlicher Dank. Bei der zweiten und dritten Untersuchung standen mir Frau Prof. Dr. Erika von Rautenfeld, Herr Prof. Dr. Ralf Kuckhermann und Herr Aretz zur Seite. An sie alle geht mein herzlichster Dank für ihre Unterstützung meines Forschungsvorhabens!

Herrn Klaus Nuissl danke ich für seine Geduld, mein methodisches Wissen zu reaktivieren, zu verbessern und praktisch anzuwenden.

Letztlich hat ein interdisziplinäres Ärzte- und Physiotherapeutenteam phasenweise für mein körperliches Wohlbefinden gesorgt, zusätzlich gehen einige Ideen und Hinweise für Methodik und Literatur auf Gespräche mit diesen Medizinerinnen zurück. Ihnen möchte ich für diese wesentlichen Hinweise herzlich danken.

Christoph, Reinhold und Isabella Werner, Gerd Düe und Renate Osterhage sowie Stefanie Düe gebührt der Dank für die gesamte finanzielle und persönliche Unterstützung in den Jahren der Entstehung dieser Arbeit. Danke, dass ihr an mich geglaubt habt und mich weiter gestützt habt.

Diese Arbeit wurde gefördert von



Abstract

The Flow concept can be traced back to Csikszentmihalyi's research in 1975 and describes the complete immersion in an activity. In this thesis it is hypothesized that Flow experience while reading a fictional text and a subsequent media choice have an empirically testable relationship. What's more, a differentiation between the attribution to activity of reading and the topic of read material is presumed.

Flow, media and content are firstly identified in demarcation to related concepts and clearly defined for the purpose of this research.

Conditions for rewarding media usage, independently of the named differentiation, such as the technique of reading, curiosity, personal attitude and motivation are theoretically examined. Thereupon, the potentially rewarding characteristics of the media usage process itself that basically refer to the content of a book – empathy, identification, imitation, involvement, immersion, interaction, presence and suspense – are discussed in relation to each other. Additionally, play and entertainment are viewed as the final goal of each media usage. A connection of Flow and a concurrent media choice to existing theories like mood-management, uses-and-gratification, expectancy-value and more inclusive other constructs is finally established.

To find out whether Flow has an influence on media choice and whether Flow is attributed to content or activity by a reader, a combination of methods has been brought forward. The empirical part opens with a discussion on different methods to research with Flow as an independent variable. Finally, two quasi-experiments are presented: In both studies, Flow is induced at participants' side during reading a Harry Potter series book and the actual media choice afterwards is observed. Quasi-experiments made use of the Experience Sampling Method style questionnaire by Maass which was completed by participants after induction and choice.

A stand-alone survey – as an additional method to exclude other reasons than Flow for choice – was distributed among a different sample of the same population.

In the end, the influence of flow during media usage on the next media selection decision is affiliated both empirically and theoretically. However –mostly due to empirical problems –, the main hypothesis could not be supported.

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung	11
1.1 Forschungskontext.....	12
1.2 Problemstellung.....	14
1.3 Vorgehensweise und Gliederung.....	16
A Theoretischer Teil.....	19
2 Grundlegende Begrifflichkeiten	20
2.1 Flow-Erleben	20
2.1.1 Begriffsherkunft.....	20
2.1.2 Flow-Visualisierungen	24
2.1.3 Messung von Flow	28
2.1.4 Fehlende Arbeiten zu Flow.....	31
2.1.5 Anforderung vs. Herausforderung	32
2.2 Medium und Inhaltselemente	34
2.2.1 Medium: Begriff.....	34
2.2.2 Inhaltselemente: Begriff.....	36
3 Bedingungen lohnender Lese- und Medienrezeption.....	39
3.1 Die Technik des Lesens.....	39
3.1.1 Fortwährend bei jedem Leseakt: Der Leseprozess.....	40
3.1.2 Nicht bei jedem Leseakt: Flow beim Lesen	41
3.2 Schemata	44
3.2.1 Schemaliteratur.....	46
3.3 Interesse.....	48
3.4 Neugierde	50
3.5 Einstellungen	51
3.5.1 Implizite Einstellungen und Einstellungsänderung.....	53
3.6 Motivation	55
3.6.1 Intrinsische Motivation	56
3.6.2 Extrinsische Motivation	59
3.6.3 Leistungsmotivation.....	59
3.6.4 Volition	62
4 Das Lohnende im Rezeptionsprozess.....	64
4.1 Empathie.....	64
4.2 Identifikation	65
4.3 Imitation	67
4.4 Empathie, Identifikation und Imitation im Kontext von Flow beim Lesen	69
4.5 Involvement.....	71
4.5.1 Kritik am Involvement-Konstrukt.....	77
4.6 Immersion.....	79
4.7 Aktion und Interaktion	81
4.8 Involvement, Immersion und Aktion im Kontext von Flow beim Lesen	83
4.9 Präsenz.....	84
4.9.1 Anwesenheit in der Geschichte als Voraussetzung für Flow	90
4.10 Suspense / Spannung	91
4.10.1 Spannung als Medieneigenschaft.....	92

4.10.2 Spannung als emotionales Erlebnis.....	93
4.11 Zusammenhang von Spannung und Präsenz	95
5 Ziele der Lese- und Medienrezeption.....	97
5.1 Unterhaltung.....	97
5.2 Spiel.....	101
5.3 Funktionen und Ziele von Unterhaltung und Spiel	103
5.4 Ausgangspunkte von Unterhaltung und Spiel	106
5.5 Die Eskapismus-These	108
5.6 Leisure	109
5.7 Pleasure	113
5.8 Enjoyment	114
6 Mediennutzung, Attribution und Medienselektion	115
6.1 Mediennutzung.....	115
6.1.1 Ausgangspunkt der Betrachtung: Medium (Wirkungsansatz) ..	115
6.1.2 Ausgangspunkt der Betrachtung: Nutzer (Rezipientenansatz) ..	116
6.1.3 Rezeptionsphasen	119
6.2 Medienselektion	121
6.2.1 Der Uses and Gratifications Ansatz	123
6.2.2 Das Erwartungs-Wert-Modell	126
6.2.3 Die Mood-Management-Theorie	129
6.2.4 Fast Frugal Media Choice und Reflective / Impulsive Theory .	134
6.2.5 Der triadisch-dynamische Ansatz.....	136
6.2.6 Rezeptionsmodalitäten	139
6.2.7 Die Theorie des subjektiven Qualitätsurteils	142
6.3 Attribution	145
B Empirischer Teil	149
7 Vorbemerkungen	150
7.1 Ausgangssituation	150
7.2 Hypothesen.....	150
7.3 Das Experiment bei der Messung von Flow	152
7.4 Das Quasi-Experiment bei der Messung von Flow	155
7.5 Die Methode des Induzierens	156
7.5.1 Der Flow-Fragebogen von Asja Maass	159
7.5.2 Studien 1 und 2: Operationalisierung der unabhängigen Variablen: Flow	160
7.5.3 Studien 1 und 2: Operationalisierung der abhängigen Variablen: Medienselektion.....	163
7.5.4 Studie 3: Operationalisierung Flow-Erleben und Medienselektion	165
8 Studie 1: Quasi-experimentelle Studie im Labor	166
8.1 Studie 1: Zeitplan und Ablauf	166
8.1.1 Studie 1: Anwerbung der Versuchspersonen	171
8.1.2 Studie 1: Analyse der Validität der Methode zur Erfassung des Flow-Konstrukts	172
8.2 Studie 1: Pretest.....	173
8.3 Studie 1: Demografische Daten der Versuchspersonen	174
8.4 Studie 1: Messung der Flow-Induktion	176
8.4.1 Studie 1: Quantitative Messung.....	176

8.4.2 Studie 1: Qualitative Messung.....	177
8.4.3 Studie 1: Triangulation.....	185
8.5 Studie 1: Vorerfahrungen und Vorkenntnisse der Probanden.....	188
8.6 Studie 1: Flow und tatsächliche Medienselektion.....	194
8.7 Studie 1: Zusammenhänge und Interpretationsansatz.....	196
9 Studie 2: Quasi-experimentelle Studie im Labor.....	198
9.1 Studie 2: Zeitplan und Ablauf der Untersuchung.....	198
9.1.2 Studie 2: Anwerbung der Versuchspersonen.....	202
9.2 Studie 2: Organisatorische Veränderungen.....	203
9.3 Studie 2: Pretest.....	205
9.4 Studie 2: Demografische Daten der Versuchspersonen.....	205
9.5 Studie 2: Messung der Flow-Induktion.....	206
9.5.1 Studie 2: Quantitative Messung.....	206
9.6 Studie 2: Vorerfahrungen und Vorkenntnisse der Probanden.....	206
9.7 Studie 2: Flow und tatsächliche Medienselektion.....	209
9.8 Studie 2: Zusammenhänge und Interpretationsansatz.....	210
10 Gemeinsame Betrachtung Studie 1 und Studie 2.....	212
10.1 Studien 1 und 2: Flow und tatsächliche Medienselektion.....	212
10.2 Studien 1 und 2: Kritik.....	213
10.3 Studien 1 und 2: Fazit.....	216
11 Studie 3: Befragung.....	218
11.1 Studie 3: Pretest.....	218
11.2 Studie 3: Durchführung der Befragung.....	218
11.2.1 Studie 3: T-Tests.....	219
11.3 Studie 3: Demografische Daten.....	221
11.4 Studie 3: Erfahrungen mit Flow beim Lesen in der Freizeit.....	222
11.5 Studie 3: Faktorenanalyse: Komponentenmatrix der vier wichtigsten Faktoren und Screeplot.....	227
11.6 Studie 3: Zusammenhänge und Interpretationsansatz.....	231
C Gemeinsame Betrachtung Theorie und Empirie.....	232
12 Zusammenfassung theoretischer Teil.....	233
13 Zusammenfassung empirischer Teil.....	235
14 Diskussion.....	237
14.1 Ergebnisse zu den einzelnen Ausprägungen.....	237
14.2 Empirische Auffälligkeit in den drei Studien.....	240
14.3 Empfehlung zur weiteren Erforschung der Fragestellung(en).....	241
14.3.1 Empfehlungen zur Theorie.....	241
14.3.2 Empfehlungen zur Empirie.....	241
14.4 Fazit.....	243
15 Literaturverzeichnisse.....	244
15.1 Quellen.....	244
Abbildungsverzeichnis.....	262
Tabellenverzeichnis.....	263
Abkürzungsverzeichnis.....	264

D Anhang	265
Teil A: Dokumente aus Studie 1	265
A.1 Abkürzungslegende	265
A 2 Information Studie Bohle	266
A 3 Text Film Freigabe	267
A 4 Fragebogen (in Klammern: Codierung für die Auswertung)	268
A 5 Debriefing	272
A 6 aktuelles Flow-Erleben beim Lesen während der Untersuchung	273
A 7 Erfahrung mit Flow-Erleben beim Lesen in der Freizeit	274
A 8 Antworthäufigkeiten / Demografische Daten	275
A 9 Antworthäufigkeiten / Sonstige Fragen	276
Teil B: Dokumente aus Studie 2	279
B 1 Information Studie Bohle	279
B 2 Fragebogen (in Klammern: Codierung für die Auswertung)	280
B 3 Debriefing	282
B 4 Aktuelles Flow-Erleben beim Lesen während der Untersuchung	283
B 5 Antworthäufigkeiten / Demografische Daten der VPn	284
B 6 Antworthäufigkeiten / Sonstige Fragen	285
B 7 Jetzt wieder ein neues Medium wählen...?	286
Teil C: Dokumente Studie 1 und 2	287
C 1 Zusammenfassung Buch von Fran Dorf: Die Totdenkerin	287
C 2 Zusammenfassung Buch von Rowling: Harry Potter und der Stein der Weisen (adaptiert von Wikipedia)	287
C 3 Information Kinofilm Harry Potter und der Stein der Weisen	288
Teil D: Dokumente aus Studie 3	289
D 1 Fragebogen (in Klammern: Codierung für die Auswertung)	289
D 2 Antworthäufigkeiten / Demografische Daten der VPn	292
D 3 Erfahrung mit Flow-Erleben beim Lesen in der Freizeit	293
D 4 Lesehäufigkeiten	296
D 5 Selbstwahrgenommene Lese-Konsequenzen	296
D 6 Selbstwahrgenommene Lese-Attribution	298
D 7 Medienselektionspräferenzen im Selbstreport	299
Teil E: Auszug aus eigener Bachelorarbeit (S.25-26)	304
Das Leistungsmotiv in der Werbung	304

1 Einleitung

„[...] Daß es Glück beim Lesen geben kann, ist evident. [...]“¹

„Alexandra, kommst du bitte zum Essen?“ rief meine Mutter quer durch die Wohnung. Ihr Wunsch blieb ungehört. Ich war so sehr in die Abenteuer von TKKG vertieft, dass ich keinen Hunger verspürte, kein Zeitgefühl mehr hatte und die Rufe meiner Mutter nicht hören konnte. Mein Leben spielte sich praktisch im Buch ab, meine Mahlzeit wurde quasi durch das Buch ersetzt.

Damals war ich neun Jahre alt, aber auch heute, als erwachsene Frau, kann mich Lektüre so sehr packen, dass ich alles um mich herum vergesse. Mit diesem Erlebnis bin ich nicht die Einzige: Viele Menschen können aus ihrer Erfahrung ähnliche Geschichten erzählen, gerade wenn es ums Lesen geht.

Die Tätigkeit des Lesens kann zwar ein Hobby sein, aber auch der gelesene Inhalt (das Thema des Lesestoffs) ist wichtig, um sich vollständig einlassen zu können. Man muss also ein gewisses Interesse am Lesestoff haben, wie ich damals an den Abenteuern von TKKG.

Manchmal weitet sich dieses Interesse am Inhalt sogar dahingehend aus, dass ein Rezipient mehrere Produkte zu der gleichen Story benutzt (wie ich in meiner Kindheit die Hörkassetten und Bücher der Serie). Es scheint in diesem Fall irrelevant, ob ihm die Geschichte des Protagonisten und deren Ausgang bereits bekannt sind. Schreibt er jedoch in diesem Moment dem Inhalt auch seine vollständige Versunkenheit während des Lesens zu? Oder ist es doch die Tätigkeit des Lesens selbst, die ihn in den Bann ziehen kann?

Diese Untersuchung möchte einen Beitrag dazu leisten, die letztgenannten Fragen wissenschaftlich zu untersuchen und zu klären.

¹ BELLEBAUM 1996, S. 12.

1.1 Forschungskontext

Das Gefühl, alles um sich herum zu vergessen und in einem Buch regelrecht zu versinken, ist jedem bekannt.² Zunächst wurde der Zustand mit einzelnen bekannten psychologischen Konzepten wie zum Beispiel der Konzentration erklärt.³ Fächerübergreifend wird diese Forschung erst in der neueren Vergangenheit vorangetrieben.

Eher zufällig fand Mihalyi Csikszentmihalyi in seiner Dissertation von 1965 – im Zusammenhang mit Kreativität⁴ – heraus, dass Menschen eine Tätigkeit manchmal um ihrer selbst willen ausführen und sich deshalb so besonders gut darauf einlassen können. Nach seiner Forschung konnte er sagen, dass die von ihm untersuchten Künstler nicht nur besonders konzentriert arbeiteten, sondern nach Vollendung ihres jeweiligen Werkes kein Interesse mehr an selbigem zeigten, also nur um der Tätigkeit des Malens selbst willen malten (und nicht etwa, um danach ein schönes Bild zu haben, einen bestimmten Gegenstand gezeichnet zu haben oder um etwas „geleistet“ zu haben). Die Tätigkeit schien Eigenschaften zu haben, welche dazu führten, dass der Handelnde nicht mehr aufhören will oder die Tätigkeit zumindest erneut ausführen möchte. 1975 ließ Csikszentmihalyi daraufhin mit verschiedenen, potentiell kreativ arbeitenden Personengruppen (u.a. mit Künstlern, Klavierspielern, Felskletterern, Tänzern, Komponisten und Amateursportlern) Interviews von seinen eigenen Doktoranden durchführen, die sich besonders gut mit der jeweiligen Tätigkeit auskannten. Zusätzlich befragte er Hörer von klassischer Musik, Chirurgen und Grundschullehrer. Die subjektiven Erlebensmuster in den unterschiedlichen Tätigkeiten wiederholten sich und Csikszentmihalyi betitelte diese Erlebensmuster mit dem Begriff *Flow*.⁵ Diese Bezeichnung gibt es mit ähnlicher Bedeutung in der Umgangssprache – „im Flow sein“ oder „im Fluss sein“ beschreibt,

² SCHUBERT / CRUSIUS 2002, S. 2: „[...] Everybody knows that reading a gripping novel can transport us far away from the armchair to the environment described in the text, and that we can be totally absorbed in this experience. [...]“

³ VGL. GERLING 1915, S. 33.

⁴ CSIKSZENTMIHALYI 1965, S. 129: „[...] 'Discovery' is a useful construct to study the phenomenon of creativity. It can be used to observe and study systematically both the subjective, motivational elements in creativity, and the cognitive steps proper to the achievement of a creative product [...].“

⁵ CSIKSZENTMIHALYI 1975B, S. 43: „[...] Each one of these groups was interviewed by a graduate student who is familiar with the particular activity [...] listeners of classical music, surgeons, and primary school teachers.[...] For lack of a better term, I will refer to this experience as "flow." [...]“

wenn Menschen voll konzentriert ihre Tätigkeit ausführen und nicht aufhören können oder wollen, diese Tätigkeit weiter auszuüben und nach aktuellem Abschluss erneut aufsuchen wollen.⁶

So gibt es eine ganze Reihe an „Flow“-Aktivitäten, auf die sich Menschen derart einlassen können, ohne dass sie dafür ein konkretes externes Ziel haben müssen außer der Tätigkeit selbst. *Lesen* ist eine dieser Tätigkeiten, für die es keinen konkreten äußerlichen Anlass geben muss. Im Vergleich mit den vielen anderen potentiellen Flow-Aktivitäten erhellt sich bei der Mediennutzung (wie zum Beispiel dem Lesen⁷, dem Filme schauen⁸ oder Computer spielen⁹) allerdings der Verdacht, dass diese zwei potentiell Flow-auslösende Bestandteile besitzt: den Inhalt des Mediums auf der einen Seite und die Mediennutzung selbst auf der anderen Seite. Beides scheint einander zu bedingen, jedoch sollte für den Nutzer bei eigener Wahrnehmung ein Aspekt (Inhalt oder Tätigkeit) im Vordergrund stehen.

⁶ VGL. GOLEMAN 1995, S. 120.

⁷ VGL. CSIKSZENTMIHALYI 1990 S. 74

⁸ SUCKFÜLL 2004 S. 188

⁹ VGL. FRITZ 2003 S. 3; KELLER / LANDHÄUBER 2012 S. 56: “[...] studies show that flow experiences can emerge even in situations where it seems not particularly plausible to assume that the level of skills and demands involved in the activity (a simple computer game) were 'above average'. [...]”

1.2 Problemstellung

Damit steht zur Diskussion, ob Leser ihre eigene totale Versunkenheit systematisch der Tätigkeit des Lesens oder dem Inhalt des Buches zuschreiben.

Wenn ein Leser seine absolute Konzentriertheit in der Tätigkeit begründet sieht, dann würde er vermutlich gerne wieder lesen, sollte für ihn der Inhalt eine entscheidende Rolle spielen, würde er ein anderes Medium benutzen, das auf demselben oder einem sehr ähnlichen Inhalt aufbaut. Aus diesen Annahmen lässt sich folgende Hypothese mit ihren beiden Ausprägungen formulieren:

Medienselektion hängt mit dem vorangegangenen Flow-Erleben zusammen.

- a) Ausprägung 1: Flow beim Lesen ist eher tätigkeitszentriert. Damit besteht ein positiver Zusammenhang zwischen
- der Stärke von Flow-Erleben beim Lesen und
 - der Wahl des gleichen Mediums bei der nächsten Wahlsituation.

Wenn Flow also tätigkeitszentriert attribuiert wird, werden Menschen ein Buch auch mit einer anderen narrativen Struktur/aus einem anderen Genre auswählen (“Ich lese gerne“).

- b) Ausprägung 2: Flow beim Lesen ist eher gegenstandszentriert. Damit besteht ein positiver Zusammenhang zwischen
- der Stärke von Flow-Erleben beim Lesen und
 - der Wahl eines anderen Mediums mit einer gleichen oder ähnlichen narrativen Struktur/ aus dem gleichen Genre bei der nächsten Wahlsituation.

Wenn Flow also gegenstandszentriert attribuiert wird, werden Menschen in ihrer Freizeit auch ein anderes Medium zur gleichen narrativen Struktur/gleiches Genre auswählen („Ich mag Science Fiction“).¹⁰

Die bisherigen Tätigkeiten, bei deren Ausführung Flow erlebt werden kann, sind eindimensional, d.h. keine weitere Komponente als Bestandteil der Tätigkeit kann für die vollkommene Konzentration verantwortlich gemacht werden – weder von der

¹⁰ Ein allgemeines und übergreifendes Interesse an einem Thema, wobei sich das Thema sowohl auf sachliche, bzw. wissenschaftliche Texte bezieht, ist hier ausgenommen.

Person selbst, noch von Forschern als externen Beobachtern einer Situation. Csikszentmihalyi listete zwar Bestandteile des Flow-Erlebens auf, allerdings ging er dabei nicht auf Tätigkeiten selbst ein. In jedem Fall möchte der Flow-erlebende Mensch die Tätigkeit erneut aufsuchen, so dass eine (eindimensionale und monokausale) Wechselbeziehung entsteht.



Abbildung 1: Tätigkeit und Flow, eigene Darstellung

Diese Visualisierung ignoriert zweifellos einige Aspekte: in jeder Situation sind weitere Faktoren zur Entscheidung für die Aufnahme einer spezifischen Tätigkeit notwendig – selbst, wenn die Person dabei bereits einmal Flow erlebt hat, können weitere Kriterien für oder gegen eine Wiederaufnahme sprechen. Csikszentmihalyi interviewte Künstler, bei denen ggf. die Fertigstellung des Porträts einer geliebten Person im Vordergrund hätte stehen können – für die untersuchten Personen war dies scheinbar jedoch vollständig irrelevant. Diese Art der monokausalen Begründung („nur das Flow-Erleben ist für die Wiederaufnahme einer Tätigkeit verantwortlich“) sollte mit Hilfe bestimmter Methoden übertragbar sein auf die Mediennutzung.

1.3 Vorgehensweise und Gliederung

Aus der Meta-Perspektive werden im theoretischen Teil der Studie diejenigen Faktoren untersucht, welche beim Flow-Erleben den belohnenden Anteil ausmachen und die dafür möglicherweise Sorge tragen, dass die Tätigkeit bzw. der Inhalt des Mediums erneut aufgesucht wird.

Nach der Einleitung werden im zweiten Abschnitt der Abhandlung die für alle folgenden Kapitel relevanten Begrifflichkeiten erläutert. Dazu wird zunächst das Flow-Konzept, dessen Modelle und bisherige Forschung vorgestellt. Desweiteren werden die beiden Untersuchungsgegenstände – Medium und Inhaltselemente – definitorisch eingeführt.

Im dritten großen Abschnitt werden die Prämissen jeder Lese- und Medienrezeption, welche das Auftreten von Flow mindestens begünstigen, näher unter die Lupe genommen. Dazu gehört in erster Linie die Technik des Lesens, welche für alle Menschen durchgehend gleich bleibt. Desweiteren wird die bisherige Forschung zum Flow während des Lesens hier vorgestellt. Verwendet der zu lesende Text allgemein gültige Schemata, erleichtert dies den Leseprozess und kann Flow während des Lesens fördern. Ebenso sind Interesse und Neugier wesentliche Faktoren vor jeder Medienrezeption. Einstellungen, Motivation und Volition sind dann verantwortlich dafür, ob ein Buch oder ein anderes Medium überhaupt genutzt wird.

Während der Lese- und Medienrezeption sind es theoretisch besonders die inhaltsrelevanten Aspekte, die den Leser bei seiner Lektüre halten und die für ihn die Belohnung darstellen. Empathie, Identifikation und Imitation werden hier voneinander abgegrenzt und in Bezug zu Flow gesetzt. Ebenso wird mit Involvement, Immersion und (Inter-) Aktion verfahren. Das kommunikationswissenschaftliche Konzept der Präsenz sowie der interdisziplinär gebrauchte Begriff der Spannung sind ebenfalls wichtig, um Flow zu erleben bzw. um einen Inhalt erneut aufsuchen zu wollen.

Das fünfte Kapitel behandelt schließlich das angenommene Ziel jeder Lese- und Mediennutzung in der Freizeit: Unterhaltung und Spiel. Leisure, Pleasure und Enjoyment werden theoretisch als unterhaltungsäquivalent herausgearbeitet.

Der theoretische Teil des Buches schließt mit der Betrachtung der beiden großen Mediennutzungsperspektiven (Medienwirkung und Rezeption) sowie relevanter

Medienselektionstheorien (Uses and Gratifications, Erwartungs-Wert-Modell, Mood-Management-Theorie, Fast Frugal Media Choice und Reflective / Impulsive Theory, triadisch-dynamischer Ansatz, Rezeptionsmodalitäten, Theorie des subjektiven Qualitätsurteils), bei denen versucht wird, das Flow-Erleben innerhalb der jeweiligen Argumentation zu integrieren. Das Konzept der Attribution und dessen Anwendung wird am Ende des theoretischen Teils diskutiert.

Zur Einführung in den empirischen Teil werden Experiment und Quasi-Experiment als potentielle Untersuchungsarten im Zusammenhang mit der vorliegenden Fragestellung mit ihren jeweiligen Vor- und Nachteilen erörtert. Zur Hinführung auf die beiden durchgeführten Quasi-Experimente und die Befragung wird dann zunächst die verwendete Methode des Induzierens erklärt sowie die jeweiligen Operationalisierungen der Variablen in den drei unterschiedlichen Settings beleuchtet.

Die erste quasi-experimentelle Studie steht im Zentrum von Kapitel acht. Nach der Darstellung von organisatorischen Details wie Zeitplan und Ablauf sowie den Inhalten des Pretests, werden deskriptive Ergebnisse vorgestellt. Dazu gehören neben den demografischen Daten auch die Resultate der Flow-Induktion – letzteres sowohl in quantitativer als auch in qualitativer Hinsicht und schließlich als triangulierte Darstellung. Die Kombination des Auftretens von Flow bei den Probanden und deren tatsächliche Medienselektion wird anschließend vorgestellt, ebenso werden potentielle Korrelationen mit den übrigen, quantitativ erhobenen Variablen hergeleitet.

Die zweite quasi-experimentelle Untersuchung hat viele Ähnlichkeiten mit der ersten Studie, jedoch enthält sie aus forschungspraktischen Gründen auch einige Besonderheiten. Daher wird in Kapitel neun die Durchführung dieser zweiten Studie im Vergleich zur ersten Untersuchung vorgestellt. Ebenso schließt das Kapitel mit der Betrachtung der tatsächlichen Medienselektion im Zusammenhang mit Flow-Erleben.

Die Auswertung der Häufigkeit von Flow-Erleben und entsprechenden Medienselektionen in Studie 1 und 2 wurde aus methodischen Gründen abschließend zusammengelegt und in Kapitel zehn analysiert.

Im elften Kapitel wird schließlich die für Quasi-Experimente notwendige alternative Methode besprochen, hier gewählt als Befragung mit anschließender Faktorenanalyse.

Die quantitativ herausgearbeiteten Faktoren werden abschließend in die Ausgangsfragestellung eingearbeitet.

A Theoretischer Teil

2 Grundlegende Begrifflichkeiten

2.1 Flow-Erleben

2.1.1 Begriffsherkunft

Csikszentmihalyi¹¹ listet einige Komponenten für den Erlebenszustand auf, die *zusammen* erst Flow ergeben:

1. [...] merging of action and awareness [...]
2. [...] centering of attention on a limited stimulus field [...]
3. [...] 'loss of ego', 'self-forgetfulness', [or] 'loss of self-consciousness,' [...]
4. [...] [being] in control of [...] actions and of the environment [...]
5. [...] usually contains coherent, noncontradictory demands for action and provides clear, unambiguous feedback to a person's actions. [...]
6. [...] 'autotelic' nature. In other words, it appears to need no goals or rewards external to itself. [...]

Durch diese vage und dennoch recht umfangreiche Liste erweist sich die Abgrenzung zu verwandten Phänomenen als schwierig. Der letzte Aspekt in der Liste bezieht sich auf den intrinsischen Anteil einer Tätigkeit, nämlich eine Aufgabe um ihrer selbst willen auszuüben und nicht etwa, weil es z.B. dafür Geld gibt. Außerdem gibt es besondere Menschen, denen es leichter fällt, sich vollständig auf Tätigkeiten einzulassen, die Csikszentmihalyi¹² als „autotelische Persönlichkeiten“ bezeichnet. Es ist nach wie vor nicht abschließend geklärt, ob es sich bei Flow um eine Motivation, eine Kognition oder eine Emotion handelt oder etwa alle drei Ebenen eine (Teil-) Rolle bei Flow spielen.

Csikszentmihalyi bemerkt selbst, dass es einfach kein besseres Wort als Flow für den speziellen, hoch konzentrierten Erlebenszustand geben würde und verweist auf die für

¹¹ CSIKSZENTMIHALYI 1975A, S. 38 f.

¹² CSIKSZENTMIHALYI 1990, S. 275: „[...] [Das Autotelische Selbst:] Der Begriff bezeichnet wörtlich ‚ein Selbst, dass sich selbst die Ziele setzt‘, und er spiegelt den Gedanken wider, dass ein solches Individuum relativ wenige Ziele hat, die nicht dem Selbst entstammen [...].“

Flow notwendige totale Involviertheit¹³ - auch wenn er Involvement zunächst nicht als konkreten Bestandteil von Flow in der Definitions-Liste aufnimmt.

Später verändert Csikszentmihalyi¹⁴ die Reihenfolge der Eigenschaften in seiner Definitions-Liste, ergänzt Involvement und eine weitere Komponente (8. verändertes Zeitempfinden):

1. [...] occurs when we confront tasks we have a chance of completing [...]
2. [...] concentrate on what we are doing [...]
3. [...] the concentration is usually possible because the task undertaken has clear goals and
4. [...] provides immediate feedback [...]
5. [...] deep, but effortless involvement that removes from awareness the worries and frustrations of everyday life [...]
6. [...] exercise a sense of control over their actions [...]
7. [...] concern for the self disappears [...]
8. [...] the sense of the duration of time is altered [...].

Bedingt durch veränderte Formulierungen erweist es sich als schwierig, welche Komponenten von Flow in welchen neuen Eigenschaften repräsentiert werden. Gleich und unmissverständlich bleibt jedoch in allen Definitions-Vorschlägen, dass dieser mit Flow betitelte Zustand so lohnenswert ist, wieder aufgesucht zu werden, denn die Gesamtkombination aller Elemente ruft „ein tiefes Gefühl von Freude hervor, welche so lohnend ist, dass man bereit ist, viel Energie dafür aufzuwenden, um sie wieder zu erleben.“¹⁵

Im Jahr 2012 nehmen Engeser und Schiepe-Tiska wieder Bezug auf Csikszentmihalyi's Definition von 1975 und schreiben zu den Veränderungen im Laufe der Jahre: „Later, other researchers in the field and Csikszentmihalyi himself provided different components of flow, but with only small variations.“¹⁶

¹³ CSIKSZENTMIHALYI 1975B, S. 43: „[...] For lack of a better term, I will refer to this experience as ‘flow.’ Flow denotes the wholistic sensation present when we act with total involvement. [...]“
Csikszentmihalyi sieht Involvement jedoch nur als eine (von mehreren) Komponenten des Flow Konstrukts; die spätere Gleichsetzung von „totalem Involvement“ mit Flow passierte unabhängig von Csikszentmihalyis Forschungsansatz.

¹⁴ CSIKSZENTMIHALYI 1991, S. 49.

¹⁵ CSIKSZENTMIHALYI 1990, S. 74.

¹⁶ ENGESER / SCHIEPE-TISKA 2012, S. 3.

Alle Komponenten – also die alte Definitions-Variante von 1975 einschließlich der neueren Ergänzungen aus dem Jahr 1991 – gelten heute als Grundlage der Flow-Forschung, die mittlerweile interdisziplinär und international vorangetrieben wird.

Das Flow-Konzept bzw. der Flow-Zustand hat unter verschiedenen Bezeichnungen und in mehreren Disziplinen eine lange Forschungstradition; Csikszentmihalyi war lediglich der erste Forscher, der versucht hat, Ergebnisse aus unterschiedlichen Forschungsrichtungen zusammen zu bringen¹⁷ sowie diesen Bewusstseinszustand, den er Flow nannte, empirisch erfassbar zu machen.

Vergleichbare Phänomene zur Flow-Erfahrung gibt es insbesondere im Zusammenhang mit Aufmerksamkeit und Emotion¹⁸, Konzentration¹⁹, Motivation und Involvement.²⁰ Flow hat ebenso deutliche Gemeinsamkeiten mit der Maslowschen *Grenzerfahrung*²¹, der dort beschriebene selbstverwirklichende Mensch scheint sein Pendant bei der autotelischen Persönlichkeit von Csikszentmihalyi²² zu haben. Csikszentmihalyi²³ weist selbst auf die Parallele von Flow zur Grenzerfahrung hin. Die *Self-Determination-Theory* (Selbstbestimmungstheorie) von Deci und Ryan wird oft im gleichen Atemzug zu Flow genannt, oder Flow als Konkurrenz- bzw. Muttertheorie gegenüber gestellt.²⁴

¹⁷ Übersicht z.B. in CSIKSZENTMIHALYI, MIHALY: Flow. The psychology of optimal experience. New York, N.Y. 1991.

¹⁸ OATLEY 1992, S. 134: „[...] there is an optimal level of arousal or activation for any task. Performance is efficient at this optimal level, but at low levels of arousal boredom and tendencies to sleepiness or distraction occur. At high levels overexcitement causes disorganization. [...]“

¹⁹ VGL. GERLING 1915, S. 29 und STEINER 1999, S. 59.

²⁰ HILGARD 1970, S. 25: „[...] The kinds of reading which provide fertile soil for the highly involved experience are those in which human beings engage in mental and physical activities and the reader participates in this action through some sort of fantasy [...]“

²¹ VGL. MASLOW 1985, S. 108.

²² CSIKSZENTMIHALYI 1990, S. 118.

²³ CSIKSZENTMIHALYI 1988A, S. 5: „[...] One of the few exceptions was Abraham Maslow. His distinction between process and product orientations in creative behavior, which led him to identify “peak experiences”, was the conceptual framework closest to the phenomena I was trying to understand [...]“

²⁴ WATERMAN / SCHWARTZ, U.A.2003, S.1447: „[...]when individuals are intrinsically motivated, they regularly experience interest, but only in some instances do they experience flow. [...]“ Waterman und Kollegen sehen Flow gewissermaßen als Bestandteil der übergeordneten Self-Determination-Theorie.

Des weiteren kommen *Eustress*²⁵ aus der Psychologie, *Yu* aus der chinesischen Philosophie²⁶, die *Montessori-Pädagogik*²⁷ und *Samadhi*²⁸ aus der Yoga-Lehre als Flow-Äquivalenten in Frage, wobei zuerst in den jeweiligen Forschungstraditionen geklärt werden müsste, ob es ggf. nicht doch eine Abgrenzung geben könnte. Das *Lernen* im Allgemeinen wird zumindest schon in Zusammenhang mit Flow erforscht.²⁹ Der Begriff *Transportation* für vollständige Absorption während des Lesens und die Bezeichnung *Präsenz* aus der Kommunikations- und Medienwissenschaft sollen aufgrund ihrer eigenen und hier besonders relevanten Forschungstraditionen zu einem späteren Zeitpunkt in dieser Untersuchung betrachtet werden.

Ein weiteres von Csikszentmihalyi kurzzeitig in die Diskussion eingebrachtes Konzept ist *Mikro-Flow*. Dabei handelt es sich um einen Zustand bzw. Prozess, den der Mensch durchläuft, wenn er automatisch bestimmte Tätigkeiten durchführt und sich dabei sehr darauf konzentriert. Dazu gehört nach Csikszentmihalyi z.B. das Lesen eines Buches. Da der Level der Komplexität dieser hoch konzentrierten Phasen geringer sei, nennt Csikszentmihalyi diese Phasen Mikroflow.³⁰ Mikroflow könnte äquivalent zu dem kommunikationswissenschaftlichen Präsenz-Erleben sein, da die vollständige

²⁵ PEIFER 2012, S. 147: „[...] Like flow, eustress is a pleasant and desirable state caused by challenging demands combined with high control and subjective importance, [...] Flow and eustress show strong similarities, so one can assume that both share the same core concept with just different labels and research traditions. [...]“

²⁶ VGL. CSIKSZENTMIHALYI 1988C, S. 380: „[...] Sun [translates Yu] as 'to swim', 'to fly' or 'to flow'. In any case, *Yu* is the way Chuang-tzu believes people should live - without concern for external rewards, spontaneously, with full commitment - in short, as a total autotelic experience. [...]“ Hervorhebung im Original

²⁷ VGL. MONTESSORI / OSWALD / LUDWIG 2008, S. 77.

²⁸ CSIKSZENTMIHALYI 1991, S. 105: „[...] Samadhi, [...] it can be argued, [...] tend toward diametrically opposite outcomes. But this opposition may be more superficial than real. [...] Another argument favoring the similarity of the two processes is that, even till the final stage of liberation, the yogin must maintain control over consciousness. [...]“

²⁹ z.B. empirische Studien von KONRADT / SULZ 2001, S.71 oder KROMBASS / URHAHNE / HARMS 2007, S.98 sowie theoretische Ausführungen zu Flow und Lernen von CSIKSZENTMIHALYI 1991, S. 141: „[...] The challenge of lifelong learning [...]“

³⁰ CSIKSZENTMIHALYI 1975A, S. 141: „[...] We all engage in small, almost automatic behavior patterns which are not extrinsically rewarded yet appear to have a necessary function. These patterns may include [...] reading a book. [...] Because this trivial activities appear to fit the flow model, although at a lower level of complexity, we will refer to them as microflow activities. [...]“

(emotionale) Versunkenheit fehlt (vgl. Abschnitt zu Präsenz). Eine klare Abgrenzung von Mikroflow zum Flow-Begriff selbst liegt nicht vor, sowie auch keine weitere Erläuterung, so dass im Folgenden (trotz des von Csikszentmihalyi genannten Lese-Kontextes) weiter auf Flow (und nicht auf Mikroflow) Bezug genommen wird.

Eine umfangreiche Ausführung zur Geschichte des Flow Begriffs liefern Engeser und Schiepe-Tiska.³¹

Flow ist somit der *Umbrella-Begriff* aller mentalen Grenzerfahrungen.

2.1.2 Flow-Visualisierungen

Im Laufe seiner wissenschaftlichen Arbeit entwickelte Csikszentmihalyi unterschiedliche Grafiken, um das Flow-Erleben besser beschreiben und von anderen Emotionszuständen unterscheiden zu können. Auch andere Wissenschaftler versuchten, Flow-Erleben grafisch darzustellen. Alle Flow-Visualisierungen haben zur weiteren Theoriegenerierung und Hypothesenentwicklung beigetragen.

Die erste Grafik stammt aus dem Jahr 1975 und beschreibt den Flow-Kanal zwischen Angst und Langeweile. Trotz der später folgenden Aktualisierungen von anderen Wissenschaftlern hat sich diese Form der (zunächst rein theoretischen) Visualisierung von Flow in der Literatur bis heute etabliert.

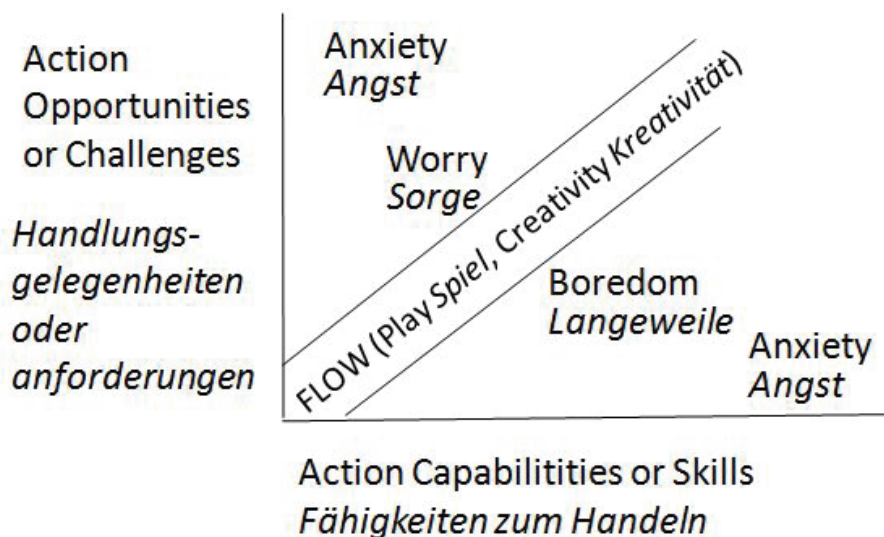


Abbildung 2: Die erste Visualisierung von Flow, angelehnt an die Darstellungen in der englischen und deutschen Originalausgabe; nach CSIKSZENTMIHALYI 1975B, S. 56 und CSIKSZENTMIHALYI 1975A, S. 49 sowie CSIKSZENTMIHALYI 1985, S. 75.

³¹ VGL. ENGESER / SCHIEPE-TISKA 2012, S. 5 F.

Nach diesem Modell würde eine Person schon mit niedrigen Fähigkeiten zum Handeln bei gleichzeitig niedrigen Handlungsanforderungen ins Flow-Erleben kommen. Eine grundsätzlich hohe Handlungskompetenz ist demnach nicht notwendig. Dadurch sollte sich Flow bereits während des Lernens (z.B. des Lesen lernens) einstellen.

Aus diesem Modell entwickelte Csikszentmihalyi (mit seiner Ehefrau) eine zweite grafische Variante des Flow-Erlebens, das sogenannte Quadranten-Modell. Dabei schlagen die beiden Wissenschaftler vor, den Zustand bei niedrigen Handlungsfähigkeiten, bei gleichzeitig niedriger Anforderung in Apathie umzubenennen.

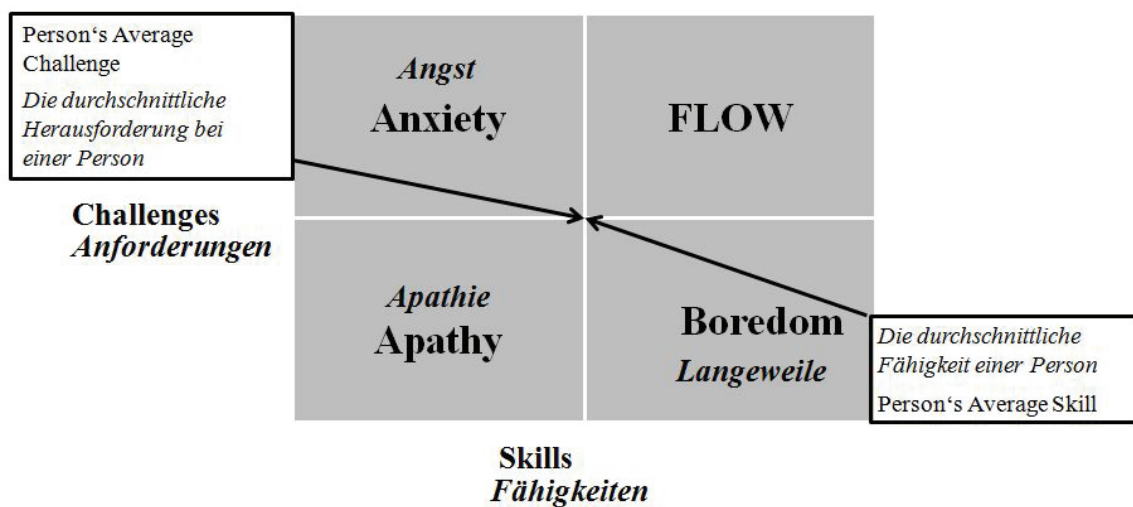


Abbildung 3: Die zweite Visualisierung von Flow, angelehnt an die Darstellungen in den Originalausgaben; nach CSIKSZENTMIHALYI / CSIKSZENTMIHALYI 1988, S. 261 sowie CSIKSZENTMIHALYI (HRSG.) 1995, S. 286.

In einer dritten Grafik ergänzen Massimini und Carli schließlich zusätzliche Kanäle. Dieses sogenannte „Experience Fluctuation Model“ oder „Oktandenmodell“³² hat sich ebenso nicht als Visualisierung von Flow durchgesetzt, denn bis heute wird auf die erste von Csikszentmihalyi entwickelte Grafik aus dem Jahr 1975 verwiesen (z.B. Deutsch / Debus u.a.³³ und Peifer³⁴).

³² MONETA 2012, S. 34: „[...] In an attempt to provide a more accurate and realistic classification system, Massimini and colleagues [...] proposed the Experience Fluctuation Model (which is often referred to as the 'channel model' or the 'octant model'). [...]“

³³ DEUTSCH / DEBUS, U.A.2009, S. 75.

³⁴ VGL. PEIFER 2012, S. 145.

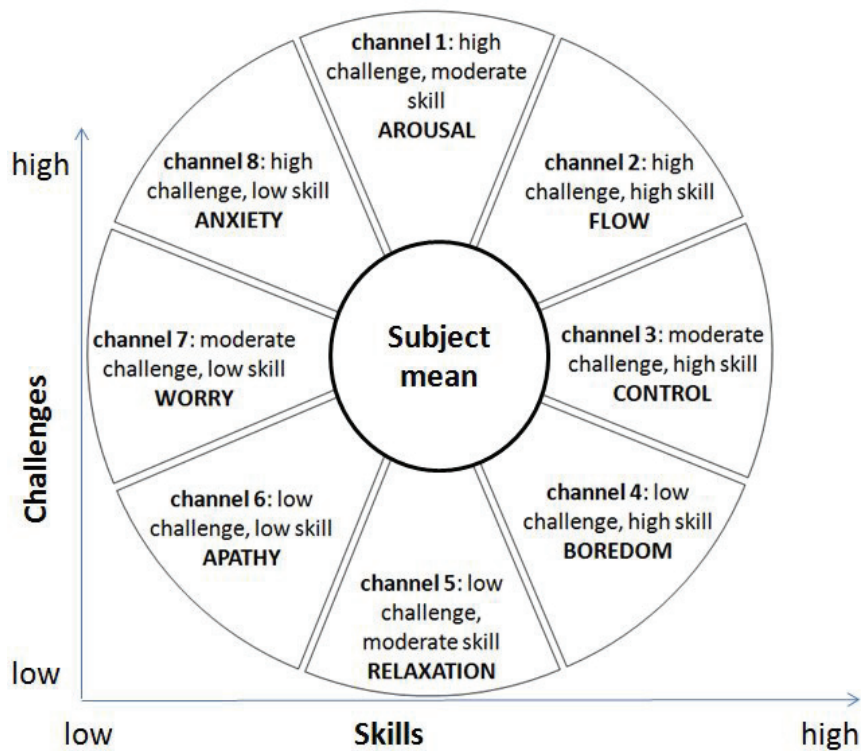


Abbildung 4: Die dritte Visualisierung von Flow, angelehnt an die Darstellung in der englischen Originalausgabe (Experience Fluctuation Model); nach MASSIMINI / CARLI 1988, S. 270.

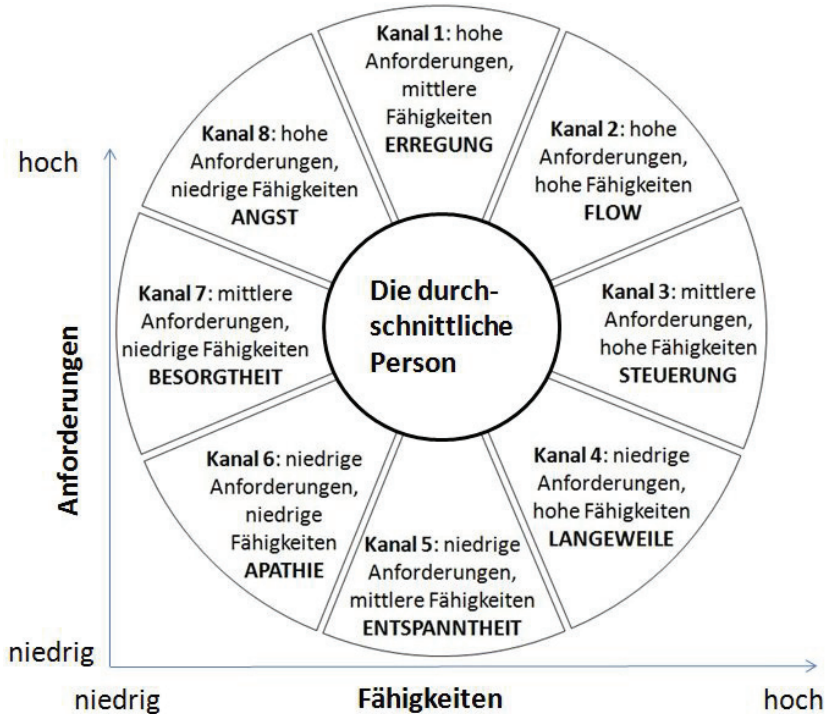


Abbildung 5: Die dritte Visualisierung von Flow, angelehnt an die Darstellung in der deutschen Übersetzung (Oktandenmodell); nach MASSIMINI / CARLI 1988, S. 270.

Die Visualisierung von Flow als Spirale (als vierte Variante) bindet letztlich potentielle Bedingungen und Konsequenzen des Flow-Erlebens in die Darstellung ein. Die Spirale verdeutlicht die gegenseitigen Abhängigkeiten beim Entstehen von Flow.

Dabei kann eine Flow-Spirale zu einer Frust-Spirale werden, wohingegen sich diese Frust-Spirale ebenso in eine Flow-Spirale verwandeln kann. Grundgedanke der Flow-Spirale ist eine natürliche und menschliche Motivation als Ausgangspunkt zur Ausübung einer Tätigkeit. Mit Motivation kann es zu Spielhandlungen bei der Tätigkeit kommen sowie zu Unterhaltungserleben oder Enttäuschung in deren Folge. Flow sowie Frust wären die letzte Station in der Spirale, die wiederum die Motivation entsprechend triggern (oder diese eben verhindern).

Aus dieser Spirale kann sogar im schlimmsten Fall eine Art der Sucht entstehen.³⁵ Bei dieser Vorstellung könnte jedoch wissenschaftlich das Zirkulationsprinzip problematisch sein, es sieht so aus, als ob Flow mit Flow erklärt wird.³⁶

Dennoch bleibt die Einbeziehung von Bedingungen und Konsequenzen des Flow-Erlebens innerhalb des Modells dessen klare Stärke, daher wird weiterhin auf das Spiralmodell Bezug genommen.

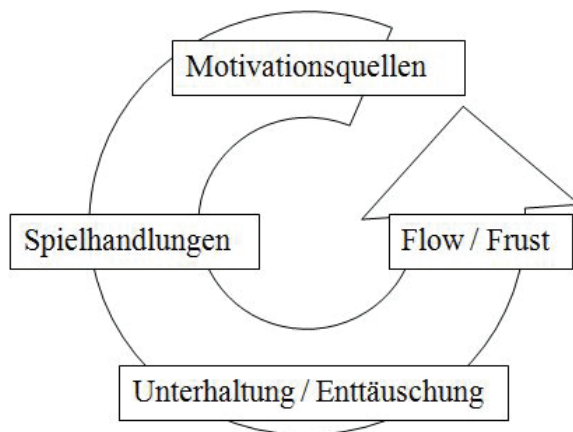


Abbildung 6: Flow als Spirale; eigene Darstellung, in Anlehnung an FRITZ 2003, S. 12

³⁵ VGL. FRITZ 2003, S. 12.

³⁶ VGL. DONSBACH 1989, S. 396; VGL. KUNCZIK 1984, S. 56

2.1.3 Messung von Flow

Da über viele Jahre kein Wissenschaftler den Versuch gemacht hatte, das komplette Versinken in eine Tätigkeit empirisch erfassbar zu machen (mangels definitorischer Abgrenzung zu verwandten Begriffen) und insbesondere quantitativ zu erforschen, steckt die Flow-Forschung noch immer in den Kinderschuhen – auch wenn die ersten systematischen Ansätze fast 40 Jahre her sind. Es gibt noch immer keinen Konsens unter Wissenschaftlern, wie Flow am besten gemessen werden sollte (ob qualitativ oder quantitativ), noch dazu, da wichtige Randbedingungen nicht abschließend geklärt sind. Mit Hilfe der oben beschriebenen Grafiken ergab sich zumindest im Laufe der Jahre eine ganze Reihe an Forschungsfragen, denen entsprechend nachgegangen wurde.

2.1.3.1 *Qualitativ: Beobachtung und Interviews*

Während der spiritus rector des Flow-Begriffs seine Versuchspersonen für die Erstellung des empirischen Teils seiner Dissertation beobachtete, bemerkte er deren totale Versunkenheit in die Tätigkeit.³⁷ Zusätzlich führte er strukturierte Interviews durch, die aus 16 Fragen bestanden.³⁸

Das Interview mit einem Felskletterer und Hobby-Schriftsteller führte zu folgender Aussage³⁹:

The mystique of rock climbing is climbing; you get to the top of the rock glad it's over but really wish it would go forever. The justification of climbing is climbing like the justification of poetry is writing; you don't conquer anything except things in yourself... the act of writing justifies poetry.
Climbing is the same; recognizing that you are a flow. The purpose of the flow is to keep on flowing, not looking for a peak or utopia but staying in the flow. It is not a moving up but a continuous flowing; you move up only to keep the flow going. There is no possible reason for climbing except the climbing itself; it is a self-communication.

Sollte man einem Freund diese Aussage vorlesen (oder eine der vielen deutschen, nahezu identischen Berichte über ein Flow-Erlebnis), würde er vermutlich spontan zustimmen, dieses Gefühl oder etwas Vergleichbares bereits selbst bei einer geliebten Tätigkeit erlebt zu haben. Daher bleibt die Aussage des Felskletterers in der qualitativen Abfrage zu unspezifisch. Die Chance, Angaben über

³⁷ CSIKSZENTMIHALYI 1965, S. 17: „[...] the experimenter kept a record of the Ss' behavior. [...]“

³⁸ EBD., S. 126: „[...] A structured interview consisting of 16 questions was given the Ss. [...]“

³⁹ CSIKSZENTMIHALYI 1975B, S. 54.

Stärke, Persistenz und Konsequenzen machen zu können, ist bei diesem Erhebungsverfahren ebenfalls sehr gering bzw. unmöglich. Zur objektiven Erfassung von Flow scheinen Interviews daher eher ungeeignet. Aus den Interview-Fragen wurden letztlich Fragebögen als quantitative Methode entwickelt.

2.1.3.2 Quantitativ: Experience Sampling Method und Flow Kurzsкала

Csikszentmihalyi schlug bereits im Jahr 1987 zusammen mit seinem Kollegen Larson vor, Flow im Alltag der Menschen zu messen. Dafür entwickelten sie die sogenannte *Experience Sampling Method* (ESM).⁴⁰

Probanden bekommen bei dieser Methode ein kleines Gerät, das sie täglich bei sich tragen. In regelmäßigen Abständen fordert sie das Gerät mittels eines akustischen Signals zum Ausfüllen eines Fragebogens auf. Dabei wird der allgemeine Gefühlszustand gemessen, der auch Flow abbilden kann. Ebenso wird dabei abgefragt, welcher Tätigkeit die Person gerade nachgeht. Damit sind potentielle Flow-Tätigkeiten bzw. deren Konsequenzen auf das Handeln bei der ESM bereits inkludiert. Die ESM misst damit nicht nur Flow im Alltag, sondern auch alle anderen emotionalen Zustände der Probanden. Dabei wird allerdings nicht konkret zwischen Bedingungen und Konsequenzen von Flow unterschieden.

Der ESM-Fragebogen hat sich zur Prüfung verschiedener Hypothesen bewährt, z.B. im Zusammenhang mit der Mood-Management-Theorie der Medienselektion⁴¹, wobei dabei gleichzeitig auf methodische Probleme dieser Messvariante hingewiesen wurde. Da die Validität und Reliabilität von anderen Wissenschaftlern oft angezweifelt wurde, haben Csikszentmihalyi und Larson beides geprüft und kommen dabei zu dem Schluss, dass die Fragebogen der ESM „[...] typically provide a plausible representation of

⁴⁰ CSIKSZENTMIHALYI / LARSON, U.A. 1987, S. 526: „[...] The general purpose of this methodology is to study the subjective experience of persona interacting in natural environments [...], in a way that ensures ecological validity [...]“. VGL. KUBEY / LARSON / CSIKSZENTMIHALYI 1996, S. 99: „[...] The Experience Sampling Method (ESM) is a quasi-naturalistic method that involves signaling research subjects at random times throughout the day, often for a week or longer, and asking them to respond on the nature and quality of their experience. [...]“

⁴¹ KNOBLOCH-WESTERWICK 2006, S. 245: „[...] The problem of lack of TV content differentiation also applies to studies that employed the experience sampling method [...] – although moods and TV exposure were ascertained at random times during the day, the data cannot shed light on mood management processing due to a conceptual mismatch. [...]“

reality. [...]”⁴² – somit also valide und reliabel sind. Ein Beispiel-ESM-Fragebogen findet sich im Anhang des Artikels von Csikszentmihalyi und Larson.⁴³

Positiv ist bei dieser Methode, dass Emotionen direkt nach deren Auftreten abgefragt werden und somit kaum oder nur geringe Zeitverzerrungen zu erwarten sind. Die Forscher weisen selbst daraufhin, dass jede Methode durch Selbstreporte automatisch eingeschränkt ist.⁴⁴

Rheinberg und Kollegen entwickelten (trotz der schon aufkeimenden Kritik an den Selbstreporten) aus der ESM eine hochvalide Flow-Kurzskala.⁴⁵ Dabei wird der Proband direkt nach Ausübung einer bestimmten Tätigkeit (die z.B. experimentell manipuliert wurde) gebeten, einen kurzen, zehn Items umfassenden Fragebogen auszufüllen. Das quantitative Instrument hat damit einige Gemeinsamkeiten mit der ESM.

Flow wird dabei allerdings immer als (eine von der spezifischen Tätigkeit) abhängige Variable erhoben. Jedes Item des Fragebogens repräsentiert eine der bereits dargestellten Teil-Komponenten von Flow, die zusammen bei zustimmender Beantwortung das eigentliche Flow-Erleben abbilden (sollen). Schon fast Ironischerweise kritisieren sich die Forscher in ihrer Veröffentlichung allerdings selbst und schlagen nach der Vorstellung der neuen Skala vor, wieder auf qualitative Methoden bei der Erfassung von Flow zurückzugreifen.⁴⁶ Trotz dieser Selbstkritik und dem damit verbundenen Hinweis an die Forschungsgemeinschaft, weitere Erhebungsverfahren zu entwickeln, wird heute bei der Messung von Flow häufig der genannte Kurz-Fragebogen oder einer seiner Derivate eingesetzt⁴⁷, insbesondere, da relevante Kennzahlen wie Validität und Reliabilität in den Studien gute Werte aufweisen.

⁴² CSIKSZENTMIHALYI / LARSON, U.A.1987, S. 533.

⁴³ VGL. EBD., S. 535.

⁴⁴ EBD., S. 533: „[...] The major limitation of the ESM is the obvious one: its dependence on respondent's self-reports. [...]“

⁴⁵ RHEINBERG / VOLLMEYER, U.A. 2003, S. 261–279.

⁴⁶ VGL. EBD., S. 278.

⁴⁷ VGL. DEUTSCH / DEBUS, U.A.2009, S. 74.