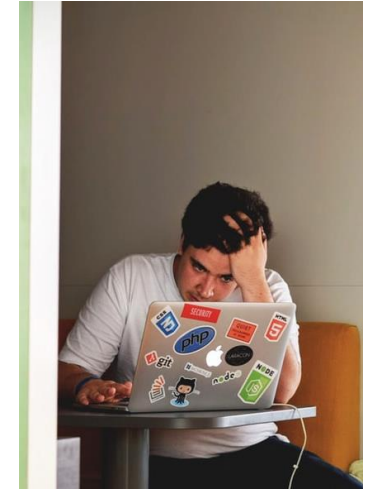


Self-determination Theory und digitaler Stress: Das Zusammenspiel zweier gegensätzlicher Kräfte

Motivation

- Laut der Self-determination Theory hängt das Well-being von Individuen von der Erfüllung dreier sogenannter Basic Needs ab:
 - Autonomy (Gefühl der Entscheidungs- und Handlungsfreiheit, Empowerment)
 - Relatedness (Gefühl von bedeutungsvollen Beziehungen mit anderen Menschen)
 - Competence (Gefühl von guter Passung von Aufgaben und den persönlichen Fähigkeiten)
- Dem gegenüber steht das in heutigen Zeiten vermehrt auftretende Phänomen Digitaler Stress, welcher das Well-being von Individuen insbesondere am Arbeitsplatz mindert.
- Bisherige Studien setzen Self-determination Theory z.B. auf verschiedene Arten und Weisen mit emotionaler Erschöpfung, Depersonalisierung, persönlichen Errungenschaften und Engagement in Aufgaben miteinander in Verbindung.
- Es ist davon auszugehen, dass die Erfüllung der Basic Needs somit mit zwei zentralen Aspekten von Digitalem Stress zusammenhängt:
 - Stress-Level: Individuen, deren Basic Needs erfüllt sind, könnten niedrigere Levels von Digitalem Stress aufweisen.
 - Stress-Coping: Individuen, deren Basic Needs erfüllt sind, könnten besser mit Digitalem Stress umgehen können.



Mögliche Forschungsfragen

- Welcher Zusammenhang besteht laut aktuellsten Forschungserkenntnissen zwischen der Self-determination Theory und Digitalem Stress?
- Welches Potential birgt die Self-determination Theory hinsichtlich der Minderung von Digitalem Stress und der Förderung von Coping mit Digitalem Stress?

Ansprechpartner*innen



Julia Lanzl



Niclas Nüske

Mögliche Herangehensweisen

- Strukturierte Literaturanalyse
- Ableitung eines theoretischen Modells

Literatur

- Ryan and Deci (2000): Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist* 55 (1).
- Tarafdar et al. (2019): The technostress trifecta - techno eustress, techno distress and design: Theoretical directions and an agenda for research. *Information Systems Journal* 29 (1).