

# WORK-LIFE BALANCE CRAFTING ALS TÄGLICHE AUFGABE VON KLEINUNTERNEHMERN UND IHREN PARTNERN

Romana Dreyer & Christine Busch • Universität Hamburg

## HANDWERKSUNTERNEHMERPAARE – PERFEKTE VERSTRICKUNG ODER STRIKTE TRENNUNG?

**Copreneurs** (Barnett & Barnett, 1988; Fitzgerald & Muske, 2002)

- Teilen Verantwortung für Entscheidungen
- Gemeinsame Ziele
- Maximale Überlappung von Lebensbereichen

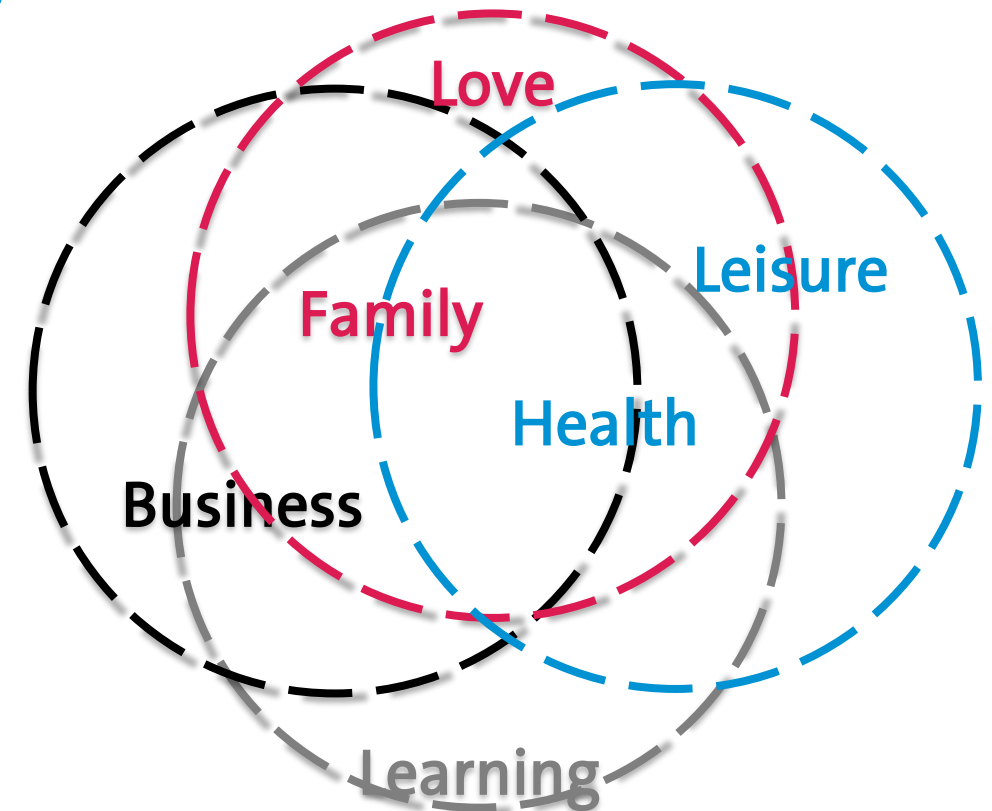


## HANDWERKSUNTERNEHMERPAARE – PERFEKTE VERSTRICKUNG ODER STRIKTE TRENNUNG?

**Copreneurs** (Barnett & Barnett, 1988; Fitzgerald & Muske, 2002)

**Work-Life Balance** (WLB; Bauer-Emmel, 2007; Syrek, Bauer-Emmel, Antoni, & Klusemann, 2011 )

- Zufriedenheit, wie alle Anforderungen aus allen Lebensbereichen gut gemeistert werden
- Balance zwischen Anforderungen und Erholung

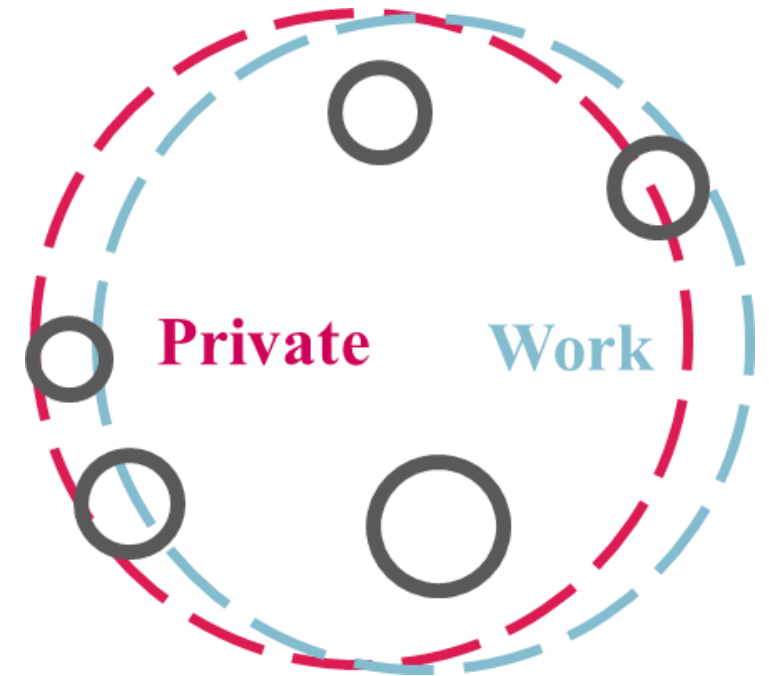


## HANDWERKSUNTERNEHMERPAARE – PERFEKTE VERSTRICKUNG ODER STRIKTE TRENNUNG?

**Copreneurs** (Barnett & Barnett, 1988; Fitzgerald & Muske, 2002)

**Work-Life Balance** (WLB; Bauer-Emmel, 2007; Syrek, Bauer-Emmel, Antoni, & Klusemann, 2011 )

→ Erholungsinseln gestalten



## PERSONEN ALS AKTIVE GESTALTER IHRER WORK-LIFE BALANCE

### Unternehmer eines kundenorientierten Betriebes zeigen...

- ... Gesundheitsbeeinträchtigungen, weniger personale Ressourcen (Stephan, 2018; Helmle, Botero, & Seibold, 2014; Hilbrecht & Lero, 2014),
- ... Geringe Zufriedenheit mit **work-life balance** (Annink & Den Dulk, 2012)

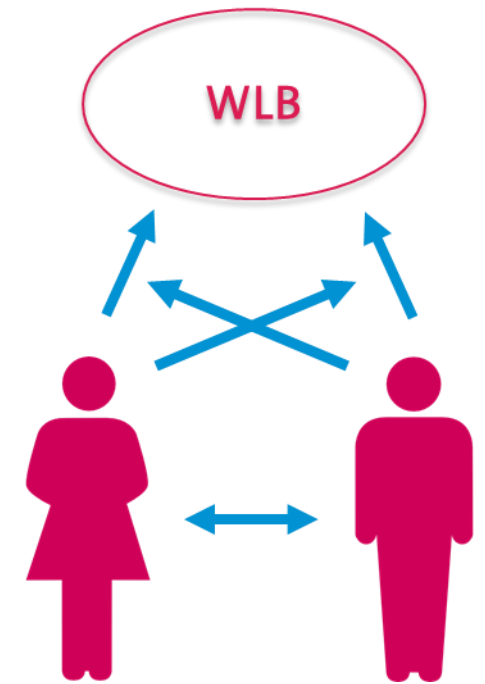
### Conservation of Resources (Hobfoll, 1989; 1990; 2002)

- Ressourcen als Mittel zur Zielerreichung (Halbesleben, Neveu, Paustian-Underdahl, & Westman, 2014)
- Strategien zum Erhalt und Aufbau Ressourcen (Zeit, Energie, Vertrauen) (PRA-F; Grawitch et al., 2011; Gunnarsson & Josephson, 2011)

## HANDWERKSUNTERNEHMERPAARE SIND CRAFTER IHRER WLB

**WLB Crafting:** Proaktive Gestaltung von Strukturen, Bedingungen oder Grenzen innerhalb und zwischen Lebensbereichen mit der Absicht, die eigene WLB zu verbessern (Sturges, 2012, Gravador & Teng-Calleja, 2018; Dreyer & Busch, in prep.)

- Strukturell/physisch, kognitiv oder soziale WLB Crafting
  - Strategien, um die Anforderungen aus allen Lebensbereichen zu reduzieren,
  - Sowie ressourcen-aufbauende Aktivitäten ermöglichen
- Dyadische Perspektive notwendig (e.g., Marshack, 1994; Helmle et al., 2014; Park & Fritz, 2015; Park & Haun, 2016; Stephan, 2018)
- Soziale Unterstützung bei Copreneurs hilfreich für WLB (Helmle et al., 2014; Jurik et al. 2019)



## METHODE - TAGEBUCH

5 Tage, 2x täglich

**Ziel:** 55 Paare

**Aktuell:** 38 Paare (180 Beob.)

|                           | M                     |
|---------------------------|-----------------------|
| Alter in Jahren           | 50,58                 |
| Ehedauer                  | 17,75                 |
| Arbeitsstunden (Betrieb)  | 45,84                 |
| <b>Tagesebene:</b>        | <b>F=7,07 M= 9,89</b> |
| Kinder unter 14: 11 Paare |                       |

### Gute Nacht-Befragung:

- *Work-Life Balance crafting* : Ich habe heute...

**PhysicalCra:** „feste (regelmäßige) private Termine genutzt, um einen Endpunkt für die Arbeit zu finden.“ (11)

**RelationalCra:** “meinen Partner darum gebeten, mir den Rücken freizuhalten, damit ich einen Ausgleich von der Arbeit habe.“ (6)

**SupportiveCra:** “meinem Partner den Rücken freigehalten, damit er ungestört arbeiten kann.“ (4)

**DyadischesCra:** „Einsatz gezeigt, damit mein Partner und ich ungestört Zeit miteinander verbringen können.“ (3)

- *Work-Life Balance*: 5 Items (TKS-WLB; Syrek et al., 2011)
- *Recovery experience*: Detachment from work (4), control (4) (Sonnentag & Fritz, 2007)

## HYPOTHESEN

1. WLB Crafting hängen mit Erholung und WLB zusammen.
2. Abhängigkeiten in der Verwendung von WLB Crafting Strategien zwischen Männern und Frauen



|       |     | DET<br>(m/f = .208*) | CON<br>(m/f = .331**) | WLB<br>(m/f = .236**) |
|-------|-----|----------------------|-----------------------|-----------------------|
| .177* | mPC | .288**               | .422**                | .458**                |
|       | fPC | .439**               | .406**                | .550**                |
| .192* | mRC | -.074                | .034                  | .151*                 |
|       | fRC | .155                 | .073                  | .206**                |
|       | mSC | -.083                | .066                  | .053                  |
|       | fSC | -.015                | .057                  | .231**                |
|       | mDC | .232**               | .219**                | .459**                |
|       | fDC | .221**               | .239**                | .501**                |

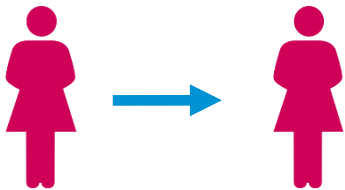
Notes: n = 180. \*p < .05; \*\*p < .01.

- Strategien hängen positiv mit Erholung und WLB zusammen
- Frauen & Männer profitieren, wenn ihnen der „Rücken freihalten“ wird...
- ...und Frauen, wenn sie unterstützen können
- Beide profitieren von gemeinsamer „quality time“

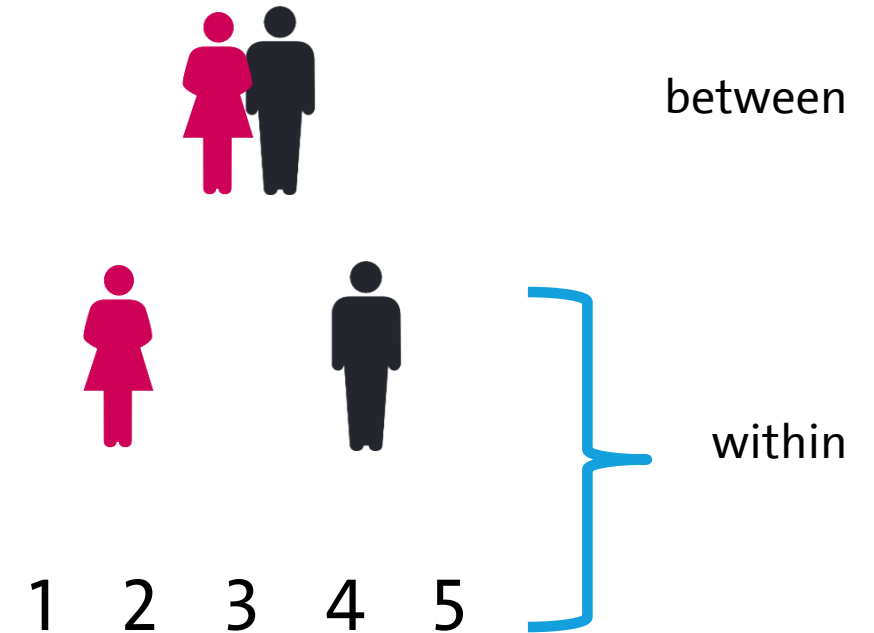
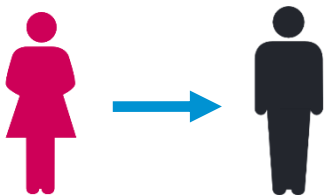
## DYADISCHE DATENSTRUKTUR IM ACTOR-PARTNER INTERDEPENDENZ-MODELL (APIM)

Kenny et al.,2006; Kenny,1996; Bolger & Laurenceau, 2013)

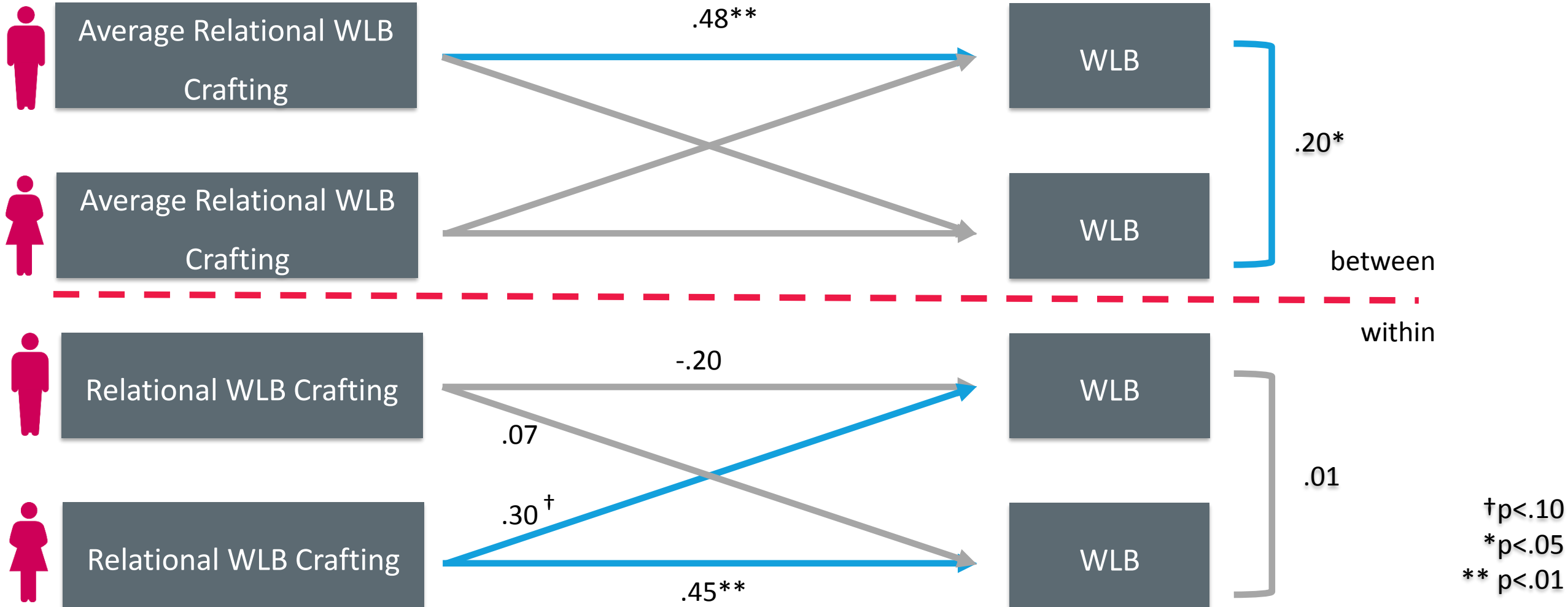
### Actor-Effekt:



### Partner Effekt:



## APIM - RELATIONAL WLB CRAFTING



## DISKUSSION

- WLB Crafting Verhalten hängt positiv mit WLB zusammen (und Erholung)
- Relational Crafting der Frauen hängt positiv mit ihrer eigenen als auch der WLB des Partners zusammen.
  - Zielgruppe: Männer sind besonders zufrieden, wenn sie unterstützen können?
  - Happy wife – happy life?

### **Limitation:**

- Generalisierbarkeit
- Mehrere Zeitpunkte einbeziehen
- Wohlbefinden-/Gesundheitsindikator

### **Implikationen:**

- Verbindung proaktiver Strategien, Erholung und WLB
- Strategien für Trainings /Coaching

**GEMEINSAM FÜR EIN  
GESUNDES HANDWERK!**

Herzlichen Dank