

Panel Item Pool

Construct		Reference	Item code	Item	Answer format
Instruction:		"Zu Beginn unserer Befragung würden wir gerne wissen, wie Sie Ihr Leben gegenwärtig einschätzen (d.h. im Zeitraum der letzten Wochen)"			
Job stressors (time pressure & work load)		Spector, P. E., & Jex, S. M. (1998). Development of Four Self-Report Measures of Job Stressors and Strain: The personal Conflict at Work Scale, Organizational Constraints Scale, Quantitative Workload Inventory, and Physical Symptoms Inventory. Journal of Occupational Health Psychology, 3, 356-367	PB_AS_1 PB_AS_2 PB_AS_3 PB_RA_1	<p>Welche der folgenden Merkmale trifft auf Ihre gegenwärtige Arbeitssituation zu?</p> <p>Meine Arbeit verlangt zur Zeit, sehr schnell zu arbeiten</p> <p>Meine Arbeit verlangt zur Zeit, sehr hart zu arbeiten</p> <p>Ich muss länger arbeiten als geplant</p> <p>Ich weiß bei meinen beruflichen Aufgaben genau, was von mir erwartet wird</p>	<p>1 Trifft überhaupt nicht zu</p> <p>2 Trifft nicht zu</p> <p>3 Trifft eher nicht zu</p> <p>4 Trifft teilweise zu</p> <p>5 Trifft eher zu</p> <p>6 Trifft zu</p> <p>7 Trifft voll und ganz zu</p>
	Role ambiguity	Schuler, R. S., Aldag, R. J., & Brief, A. P. (1977). Role conflict and ambiguity: A scale analysis. Organizational Behavior and Human Performance, 20(1), 111-126. doi:10.1016/0030-5073(77)90047-2	PB_RA_2	Mir ist klar, wie ich Aufgaben erledigen muss	
Procrastination		Melvin, U. B., Tans, T. W., & Peeters, M. C. (2016). Measuring procrastination at work and its associated workplace aspects: Personality and Individual Differences, 101, 254-263	PB_P_1 PB_P_2 PB_P_3 PB_ZSN_1 PB_ZSN_2 PB_ZSN_3	<p>Wie gehen Sie zur Zeit die Erledigung von Aufgaben an?</p> <p>Ich verzögere den Beginn von Aufgaben, die ich tun muss</p> <p>Ich gebe unwichtigen Aufgaben den Vorrang, selbst wenn es wichtige Dinge zu tun gibt</p> <p>Ich schiebe Aufgaben auf, weil ich sie nicht gerne mache</p> <p>Ich finde es zurzeit schwer, den Gebrauch meines Smartphones zu kontrollieren</p> <p>Ich würde mich ohne mein Smartphone verlieren und frustriert fühlen</p> <p>Ich überprüfe andauernd auf meinem Smartphone, ob ich Anrufe oder Nachrichten verpasst habe</p>	<p>1 Trifft überhaupt nicht zu</p> <p>2 Trifft nicht zu</p> <p>3 Trifft eher nicht zu</p> <p>4 Trifft teilweise zu</p> <p>5 Trifft eher zu</p> <p>6 Trifft zu</p> <p>7 Trifft voll und ganz zu</p>
Compulsive smartphone use		Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., & Cheng, Z. H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. Computers in Human Behavior, 31, 373-383. doi:			
Vitality		Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health. :	PB_V_1 PB_V_2 PB_F_1 PB_F_2 PB_F_3 PB_F_4 PB_F_5 PB_F_6 PB_F_7 PB_F_8	<p>Ich fühle mich zur Zeit lebendig und gesund.</p> <p>Ich fühle eine Menge Energie und Lebenskraft.</p> <p>Ich fühle derzeit ein zielgerichtetes und sinnvolles Leben.</p> <p>Ich bin aktiv und interessiert an meinen täglichen Aktivitäten.</p> <p>Meine sozialen Beziehungen sind unterstützend und erfüllend.</p> <p>Ich trage aktiv zum Glück und Wohlergehen anderer bei.</p> <p>Ich bin kompetent und geeignet für die Aktivitäten, die mir wichtig sind.</p> <p>Ich bin ein guter Mensch und lebe ein gutes Leben.</p> <p>Ich blicke optimistisch in die Zukunft.</p> <p>Die Menschen respektieren mich.</p>	<p>1 Trifft überhaupt nicht zu</p> <p>2 Trifft nicht zu</p> <p>3 Trifft eher nicht zu</p> <p>4 Trifft teilweise zu</p> <p>5 Trifft eher zu</p> <p>6 Trifft zu</p> <p>7 Trifft voll und ganz zu</p>
Flourishing		Dienert, E., Witz, D., Toy, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Dienert, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. Social Indicators Research, 97(2), 143-156. doi: 10.1007/s11205-009-9493-y			
Affect		Schaltegger, U. (2005). Kurzszen zur Erfassung der Positiven Aktivierung, Negativen Aktivierung und Valenz in Experience Sampling Studien (PANAVAKS). Forschungsberichte aus dem Projekt: Qualität des Erlebens in Arbeit und Freizeit, 6.		Wie fühlen Sie sich innerhalb der letzten 4 Wochen? Items: see reference	
Task Performance		Webboun, T. M., Johnson, D. E., & Erez, A. (1998). The role-based performance scale: Validity analysis of a theory-based measure. Academy of Management Journal, 41(5), 540-556. doi:10.5465/256941	PB_TP_1 PB_TP_2 PB_TP_3	<p>Wie gut ist derzeit Ihre Leistung (in Beruf oder Studium)? Wie würde ein neutraler Beobachter ...</p> <p>... bezüglich der Akkuratheit (Fehlerrate) sein</p> <p>... bezüglich der Menge</p> <p>... bezüglich der Qualität der Ergebnisse</p>	<p>1 Ungenügend</p> <p>2 Mangelhaft</p> <p>3 Eher mangelhaft</p> <p>4 Mittelmäßig</p> <p>5 Eher gut</p> <p>6 Gut</p> <p>7 Sehr gut</p>

Creative Performance	PB_TP_4 PB_OP_1 PB_OP_2 PB_OP_3	... bezüglich der Strukturtheit des Ablaufs ... bezüglich der Entwicklung neuer Ideen ... bezüglich der Verwirklichung neuer Ideen ... bezüglich der Verbesserung von Prozessen und Arbeitsabläufen
physical complaints	PB_XB_1 PB_XB_2 PB_XB_3 PB_XB_4 PB_XB_5 PB_XB_6 PB_XB_7 PB_XB_8 PB_XB_9	Wie stark leiden Sie derzeit unter den folgenden körperlichen Beschwerden? Mager- oder Verdauungsbeschwerden Rücken- oder Nackenbeschwerden Beschwerden in Armen, Beinen oder Gelenken Kopfschmerzen Kürzungsgefühl Schwindelgefühle Müdigkeit und Mangel an Energie Probleme mit den Augen (z.B. Sehbeschwerden) Schlafstörungen
Perceived state of health	PB_WGZ	Wie schätzen Sie Ihren eigenen Gesundheitszustand ein? Denken Sie an die vergangenen 4 Wochen: An wie vielen Tagen haben Sie...
Substance Consumption	PB_SK_1 PB_SK_2 PB_SK_3 PB_SK_4	alkoholische Getränke (Bier, Wein, Schnaps) konsumiert? sech betrunken? Tabakerzeugnisse (z.B. Zigaretten, Zigarren, Kautabak) konsumiert? illegale Drogen (z.B. Marihuana/Haechchen) konsumiert?
Happiness	PB_H_1 PB_H_2 PB_H_3 PB_H_4	Wie glücklich oder unglücklich fühlen Sie sich zur Zeit hinsichtlich Ihres Lebens? Wenn Sie Ihre Gefühle etwas genauer betrachten: Zu wieviel Prozent fühlen Sie sich derzeit glücklich? Zu wieviel Prozent fühlen Sie sich unglücklich? Zu wieviel Prozent fühlen Sie sich neutral (weder glücklich noch unglücklich)? Geben Sie eine Schätzung ab und achten Sie darauf, auf 100% zu kommen a) Glücklich b) Unglücklich c) Neutral
		Freitextfeld (Filter: nur Zahlenangabe möglich) Freitextfeld (Filter: nur Zahlenangabe möglich) Freitextfeld (Filter: nur Zahlenangabe möglich) Freitextfeld (Filter: nur Zahlenangabe möglich)
		Extrem unglücklich Sehr unglücklich Überwiegend unglücklich Mittelmäßig unglücklich Ein wenig unglücklich Neutral Ein wenig glücklich Mittelmäßig glücklich Überwiegend glücklich Sehr glücklich Extrem glücklich
		Freitextfeld: Zahlenangabe Freitextfeld: Zahlenangabe Freitextfeld: Zahlenangabe Freitextfeld: Zahlenangabe

Self-made Survey Items

Survey 1

Demographics

Item Instruction: Bitte machen Sie folgende Angaben zu Ihrer Person:

Demo_A1	Alter	Alter (in Jahren)	Freitextfeld (Filter: nur Zahleneingabe möglich) 1 männlich 2 weiblich 3 divers
Demo_GE1	Geschlecht	Geschlecht	1 kein Schulabschluss 2 Hauptschule / Volksschule oder gleichwertiger Abschluss 3 Realschule oder gleichwertiger Abschluss 4 Fachhochschulreife / Allgemeine Hochschulreife (Abitur) 5 Universitäts- / Hochschulabschluss 6 Promotion / Habilitation
Demo_B1	Bildung	Höchster Bildungsabschluss	
Demo_B2	Bildung	Abschlussnote des höchsten, eben angegebenen Schulabschlusses	Freitextfeld (Filter: nur Zahleneingabe & Komma als Sonderzeichen) 1 nein 2 ja, ich selbst 3 ja, meine Eltern 4 ja, meine Großeltern
Demo_H1	Herkunft	Sind Sie oder Ihre Eltern bzw. Großeltern in einem anderen Land als Deutschland aufgewachsen?	1 Deutsch 2 Türkisch 3 Russisch 4 Sonstige innerhalb der EU: (Freitextfeld) 5 Sonstige außerhalb der EU: (Freitext)
Demo_H2	Herkunft	Welche Staatsangehörigkeit besitzen Sie?	1 Deutsch 2 Türkisch 3 Russisch 4 Englisch 5 Sonstige (Freitextfeld)
Demo_H3	Herkunft	Welche Sprache ist Ihre Muttersprache?	1 Nein 2 Christentum 3 Islam 4 Judentum 5 Buddhismus 6 Hinduismus 7 Sonstige: (Freitext)
Demo_GL1 /	Freitext	Glaube	8 Ich möchte hierzu keine Angabe machen 1 nicht wichtig 2 weniger wichtig 3 eher wichtig 4 wichtig 5 Ich möchte hierzu keine Angabe machen 1 nie
Demo_GL2	Glaube	Welche Bedeutung hat Religiosität für Ihr Leben?	2 einmal im Jahr 3 mehrmals im Jahr 4 einmal im Monat 5 zwei- bis dreimal im Monat 6 einmal die Woche 7 öfter als einmal die Woche 8 Ich möchte hierzu keine Angabe machen
Demo_GL3	Glaube	Wie oft gehen Sie im Allgemeinen zur Kirche/Moschee/Synagoge oder ähnlichen Glaubenäusern?	1 heterosexuell

Demo_FS1	Familien-situation	Wie ist Ihre sexuelle Orientierung?	2 homosexuell 3 bisexuell 4 sonstiges 5 Ich möchte hierzu keine Angabe machen
Demo_FS2	Familien-situation	Befinden Sie sich aktuell in einer Beziehung?	1 nein 2 ja 1 nein 2 ja, aber geschieden 3 ja, aber verwitwet 4 ja, aktuell verheiratet 1 nein 2 ja, und zwar: (Freitext, nur ganze Zahlen möglich)
Demo_FS3	Familien-situation	Waren Sie jemals verheiratet?	
Demo_FS4 / Demo_FS5	Familien-situation	Haben Sie Kinder und falls ja, wie viele? Falls zutreffend: Wie alt sind Ihre Kinder? (falls Sie mehrere Kinder haben, bitte das Alter der Kinder mit Komma getrennt angeben)	Freitext
Demo_FS6	Familien-situation	Wie ist Ihre aktuelle Wohnsituation? (Mehrfachnennung möglich)	1 Ich lebe alleine 2 Ich lebe zusammen mit Freunden / Mitbewohnern / Familie 3 Ich lebe zusammen mit meinem Partner / meiner Partnerin 4 Ich lebe zusammen mit Kindern 1 Angestellter/ 2 Selbstständige/r 3 Beamte/in 4 Ausbildung / Leihne / Umschulung 5 Freiwilliger Wehrdienst 6 Bundesfreiwilligendienst / Freiwilliges Soziales Jahr 7 Mutterschafts- / Erziehungsurlaub / Elternzeit 8 Hausfrau / Hausmann 9 Schüler/in 10 Student/in 11 Rentner/in / Pensionär/in 12 Dauerhaft erwerbsunfähig 13 Arbeitsuchend 1 Vollkommen unzufrieden 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 Vollkommen zufrieden Freitext:
Demo_AL1	Arbeits-leben	Wie ist Ihr aktueller Beschäftigungsstatus?	
Demo_AL2	Arbeits-leben	Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer aktuellen Beschäftigung?	Freitext:
Demo_AL3	Arbeits-leben	Wie viele unterschiedliche Arbeitgeber haben Sie in den vergangenen 5 Jahren gehabt? Stellen Sie sich bitte eine Leiter mit 10 Sprossen vor, die zeigen soll, wo die Menschen in Deutschland stehen.	9 Oberste Sprosse 8 7 6 5 4 3 2 1 Unterste Sprosse 1 kein Einkommen 2 unter 500 € 3 500 – 1.000 € 4 1.000 – 1.500 € 5 1.500 – 2.000 € 6 2.000 – 2.500 € 7 2.500 – 3.000 € 8 3.000 – 3.500 € 9 3.500 – 4.000 €
Demo_SSS1	Sozio-konomischer Status:	Ganz oben stehen die Menschen mit dem meisten Geld, der höchsten Bildung und den besten Jobs. Ganz unten stehen diejenigen mit dem wenigsten Geld, der niedrigsten Bildung und den schlechtesten Jobs oder ohne Job. Je höher man auf der Leiter steht, desto näher ist man an den Personen ganz oben, je niedriger, desto näher den Personen ganz unten. Wo würden Sie sich auf der Leiter platzieren? Bitte kreuzen Sie an, auf welcher Sprosse Sie Ihrer Meinung nach in Ihrer aktuellen Lebensphase im Verhältnis zu anderen Menschen in German version of the research with a	

Demo_E1 Einkommen Wie hoch ist Ihr eigenes durchschnittliches monatliches Nettoeinkommen?
(= Summe aus Arbeitseinkommen, Rente, Pension, Vermietung, Stipendien,
Sozialleistungen und anderen Einkommen nach Abzug der Steuern)

- 10 4.000 – 4.500 €
- 11 4.500 – 5.000 €
- 12 Mehr als 5.000 €
- 1 privater PKW
- 2 private Fahrgemeinschaft
- 3 Car Sharing-Dienste (z.B. Drive Now, car2go)
- 4 öffentliche Verkehrsmittel
- 5 Motorrad
- 6 zu Fuß
- 7 Fahrrad
- 8 Sonstige: (Freitextfeld)
- 1 Ja
- 2 Nein
- 1 Ja
- 2 Nein

Mobilitaet_1 / Mob Mobilität Welche(s) Transportmittel nutzen Sie im Alltag am häufigsten?

Mobilitaet_2 Mobilität Sind Sie in Besitz einer gültigen Fahrerlaubnis?

Mobilitaet_3 Mobilität Besitzen Sie einen eigenen PKW?

Political Attitudes

Polit_Ein_1 Politische Einstellung Wie stark interessieren Sie sich im Allgemeinen für Politik?

Polit_Ein_2 Politische Einstellung Wenn am nächsten Sonntag Bundestagswahl wäre, würden Sie dann zur Wahl gehen?

Polit_Ein_3 / Polit_Politische Einstellung Wenn am nächsten Sonntag Bundestagswahl wäre, wie würden Sie wählen?

Polit_Ein_4 Politische Einstellung In der Politik reden die Leute häufig von "links" und "rechts". Wenn Sie eine Skala von 1 bis 12

Media consumption

Medien_1 Nutzung Devices Wie viele Smartphones nutzen Sie im Alltag? (inklusive vom Arbeitgeber zur Verfügung gestell

Medien_2 / Medien Nutzung Devices Welche Rolle hat das Smartphone, das Sie für diese Studie verwenden?

- 1 Es ist mein privates Smartphone.
- 2 Es ist mein Arbeitssmartphone.
- 3 Das Smartphone wurde mir zwar von meinem Arbeitgeber zur Verfügung gestellt, ich darf es aber auch privat nutzen.
- 4 Sonstiges und zwar:
- 1 Nein
- 2 (Ehe-)Partner/in
- 3 Kinder

Medien_3 / Medien Nutzung Devices	Wird das Smartphone, welches Sie für diese Studie verwenden, außer Ihnen von weiteren Personen häufig genutzt? Wie häufig nutzen Sie andere Endgeräte (außer dem Smartphone) für die Kommunikation?	4 Freunde 5 Eltern 6 Sonstiges und zwar: 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 oft 5 sehr oft 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 oft 5 sehr oft 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 oft 5 sehr oft
Medien_4	Notebook / PC	
Medien_5	Tablet-PC	
Medien_6	Festnetztelefon	1 Smartphone 2 Spezielles digitales Gerät zum Musikhören (z.B. mp3-Player) 3 Notebook / PC 4 Tablet-PC 5 CD-Player / Stereoanlage 6 Radio
Medien_7	Nutzung Devices Welches Endgerät nutzen Sie hauptsächlich zum Musikhören?	

Survey 4

ESM retrospective

ESM_RETRO_GZ Gefühlszustand	Wie schätzen Sie Ihren momentanen Gefühlszustand ein?	0 sehr unangenehm 1 unangenehm 2 eher unangenehm 3 eher angenehm 4 angenehm 5 sehr angenehm 0 sehr unangenehm
ESM_RETRO_GZ Gefühlszustand	Wie schätzen Sie Ihren Gefühlszustand im Mittel über die letzten zwei Wochen ein?	1 unangenehm 2 eher unangenehm 3 eher angenehm 4 angenehm 5 sehr angenehm 0 sehr gering 1 gering 2 eher gering 3 eher stark 4 stark 5 sehr stark 0 sehr unsicher
ESM_RETRO_GZ Gefühlszustand	Wie groß waren die Schwankungen Ihres Gefühlszustandes über die letzten zwei Wochen?	0 1 unsicher 2 eher unsicher 3 eher sicher 4 sicher 5 sehr sicher 0 sehr inaktiv
ESM_RETRO_GZ Gefühlszustand	Wie sicher sind Sie sich bei der Einschätzung Ihres Gefühlszustandes der letzten zwei Wochen?	

ESM_RETRO_AKI Aktivitätslevel	Wie schätzen Sie Ihr momentanes Aktivitätslevel ein?	1 inaktiv 2 eher inaktiv 3 eher aktiviert 4 aktiviert 5 sehr aktiviert 0 sehr inaktiv 1 inaktiv 2 eher inaktiv 3 eher aktiviert 4 aktiviert 5 sehr aktiviert 0 sehr gering 1 gering 2 eher gering 3 eher stark 4 stark 5 sehr stark 0 sehr unsicher 1 unsicher 2 eher unsicher 3 eher sicher 4 sicher 5 sehr sicher
ESM_RETRO_AKI Aktivitätslevel	Wie schätzen Sie Ihr Aktivitätslevel im Mittel über die letzten zwei Wochen ein?	
ESM_RETRO_AKI Aktivitätslevel	Wie groß waren die Schwankungen Ihres Aktivitätslevels über die letzten zwei Wochen?	
ESM_RETRO_AKI Aktivitätslevel	Wie sicher sind Sie sich bei der Einschätzung Ihres Aktivitätslevels der letzten zwei Wochen?	1 ja 2 nein 0 gar nicht bemüht 1 wenig bemüht 2 ziemlich bemüht 3 sehr bemüht 0 nicht leicht 1 eher nicht leicht 2 eher leicht 3 leicht 1 Benachtigung nicht bemerkt 2 Technische Probleme 3 Keine Zeit während der Arbeit 4 Keine Zeit aufgrund privater Erledigungen / Freizeitaktivitäten 5 Anwesenheit anderer Personen (z.B. Freunde, Kollegen) 6 keine Lust 0 gar nicht gewissenhaft 1 eher nicht gewissenhaft 2 eher gewissenhaft 3 gewissenhaft
ESM_RETRO_ES: Experience Sampling	Wie bemüht waren Sie möglichst viele der Momentaufnahmen zu bearbeiten?	
ESM_RETRO_ES: Experience Sampling	Fiel es Ihnen leicht die Momentaufnahmen zu bearbeiten?	
ESM_RETRO_ES: Experience Sampling	Was waren Gründe dafür, wenn Sie Momentaufnahmen verpasst haben?	
ESM_RETRO_ES: Experience Sampling	Wie gewissenhaft haben Sie die Fragen innerhalb der Momentaufnahmen ausgefüllt?	

In den vergangenen zwei Wochen wurden Sie regelmäßig zu Momentaufnahmen aufgefordert. Die folgenden Fragen beziehen sich auf Ihr Antwortverhalten bei diesen

Self-made Experience Sampling Items

Mood & Stress		
Valence	Wie schätzen Sie Ihren momentanen Gefühlszustand ein?	0 sehr angenehm
		1 angenehm
		2 eher angenehm
		3 eher unangenehm
		4 unangenehm
Arousal	Wie schätzen Sie Ihr momentanes Aktivitätslevel ein?	5 sehr unangenehm
		4 unangenehm
		3 sehr unangenehm
		2 sehr aktiviert
		1 aktiviert
Stress	Wie schätzen Sie Ihr momentanes Stresslevel ein?	0 eher aktiviert
		1 eher aktiviert
		2 eher inaktiv
		3 inaktiv
		4 sehr inaktiv
		5 sehr entspannt
		4 entspannt
		3 eher entspannt
		2 eher gespannt
		1 gestresst
		0 sehr gestresst
		5 sehr getresst