



## Presse-Informationen

# Wie Gruppen perfekt zusammenarbeiten

## *Neue Group-Flow-Theorie zeigt: Verhalten, psychisches System und Fähigkeiten müssen im Team zusammenpassen*

Köln, 17. Oktober 2022

***Wenn Gruppen harmonisch, perfekt abgestimmt, scheinbar mühelos und wie im Fluss ihre Aufgaben bewältigen, bezeichnet man das als „Group Flow“. Group Flow gibt es nicht nur in Sportmannschaften, sondern auch in anderen Teams: in Businessmeetings, bei Ärzt\*innen im OP-Saal oder bei Musiker\*innen im Orchester. Dr. Fabian Pels und Prof. Jens Kleinert vom Psychologischen Institut der Deutschen Sporthochschule Köln forschen seit 2016 zum „Group Flow“ und haben eine international wegweisende Theorie erarbeitet, die beschreibt, unter welchen Bedingungen Gruppen in einen Flow kommen.***

Im Gegensatz zum Flow bei Einzelpersonen, der bereits seit den 1970er-Jahren erforscht wird, ist „Group Flow“ ein wenig erforschtes Phänomen. Bisher fehlten systematische wissenschaftliche Untersuchungen, die Auskunft darüber geben, welche Rahmenbedingungen den Gruppenfluss begünstigen. „Wir haben über mehrere Jahre eine integrative Group Flow-Theorie entwickelt, die Positives bestehender theoretischer Ansätze zusammenbringt und Schwächen bisherigen Arbeiten behebt“, sagt Projektleiter Dr. Fabian Pels. Entstanden ist die Integrative Group Flow Theory, kurz IGFT.

Die IGFT basiert auf handlungstheoretischen Prinzipien und beschreibt – vereinfacht ausgedrückt – dass Group Flow aus einer zweiteiligen Passung besteht, die von der handelnden Gruppe kontinuierlich aufrechterhalten wird. Eine erste Passung (primary fit) besteht zwischen den Gruppenmitgliedern: Arbeitet ein Team in Fluss, passen das Verhalten, das psychische System (d.h. beispielsweise die Gedanken oder Emotionen) und die Fähigkeiten aller Gruppenmitglieder perfekt zum Verhalten, zum psychischen System und zu den Fähigkeiten aller anderen Gruppenmitglieder. Durch diese erste Passung kann sich eine zweite Passung (secondary fit) herausbilden: Während eines Group Flow passen das Verhalten, das psychische System und die Fähigkeiten der Gruppe als Ganzes optimal zu der Aufgabe, die die Gruppe in einer Situation zu bewältigen hat. Im Group Flow werden primary fit und secondary fit kontinuierlich über interpersonale Koordination aufrechterhalten. Erleichtert wird dies der IGFT zufolge insbesondere über eine positive Beziehungsqualität der Gruppenmitglieder untereinander.

Das langfristige Ziel der Forschenden ist es, mit Hilfe der IGFT Interventionsmaßnahmen zu entwickeln, die Gruppen helfen, einen gemeinsamen Flow zu erreichen. Das könnte die Qualität der Arbeit und die Zufriedenheit von Teams positiv beeinflussen.

### Stabsstelle

**Akademische Planung und Steuerung**  
Academic Management

### Presse und Kommunikation

Public Relations and Communication

Am Sportpark Müngersdorf 6  
50933 Köln · Deutschland  
Telefon +49(0)221 4982-3850  
Telefax +49(0)221 4982-8400  
presse@dshs-koeln.de  
www.dshs-koeln.de



Ihre Ansprechpartnerinnen:

Sabine Maas (Abteilungsleitung)  
Marilena Werth (Redaktion)

#### **Ansprechpartner:**

Univ.- Prof. Jens Kleinert  
(Psychologisches Institut)  
E-Mail: [kleinert@dshs-koeln.de](mailto:kleinert@dshs-koeln.de)  
Tel.: +49 221 4982-5490

Dr. Fabian Pels  
(Psychologisches Institut)  
E-Mail: [f.pels@dshs-koeln.de](mailto:f.pels@dshs-koeln.de)  
Tel.: +49 221 4982-5740

#### **Link zur Publikation:**

[Hier klicken.](#)

#### **Link zur Projekt-Website:**

[Hier klicken.](#)

Unsere Presse-Informationen  
finden Sie auch [online](#).

*Die Deutsche Sporthochschule Köln, Deutschlands einzige Sportuniversität, ist Mitglied der [Kölner Wissenschaftsrunde](#). Über 20 Netzwerkpartner\*innen stärken den Wissenschaftsstandort Köln.*