

# Psychische Belastungen am Arbeitsplatz im Rahmen der psychischen Gefährdungsbeurteilung messen und bewerten. Das Verfahren COPSOQ.

---

Dr. Matthias Nübling

M. Vomstein, A. Haug, N. Häberle, M. Quernes

I. Nolle, A. Kleine-Albers, Dr. H.-J. Lincke

FFAW: Freiburger Forschungsstelle

für Arbeitswissenschaften GmbH

Bertoldstr. 63 ♦ D-79098 Freiburg

Tel: (0761) 319 642 0

nuebling@ffaw.de

www.ffaw.de ♦ www.copsoq.de

FFAW



**ami**  
arbeitsmiljoinstitut



UNIVERSITÄT  
LEIPZIG

Mitteldeutsches  
Institut für  
Arbeitsmedizin

*27. Januar 2023*

**b a u a :**  
Bundesanstalt für Arbeitsschutz  
und Arbeitsmedizin

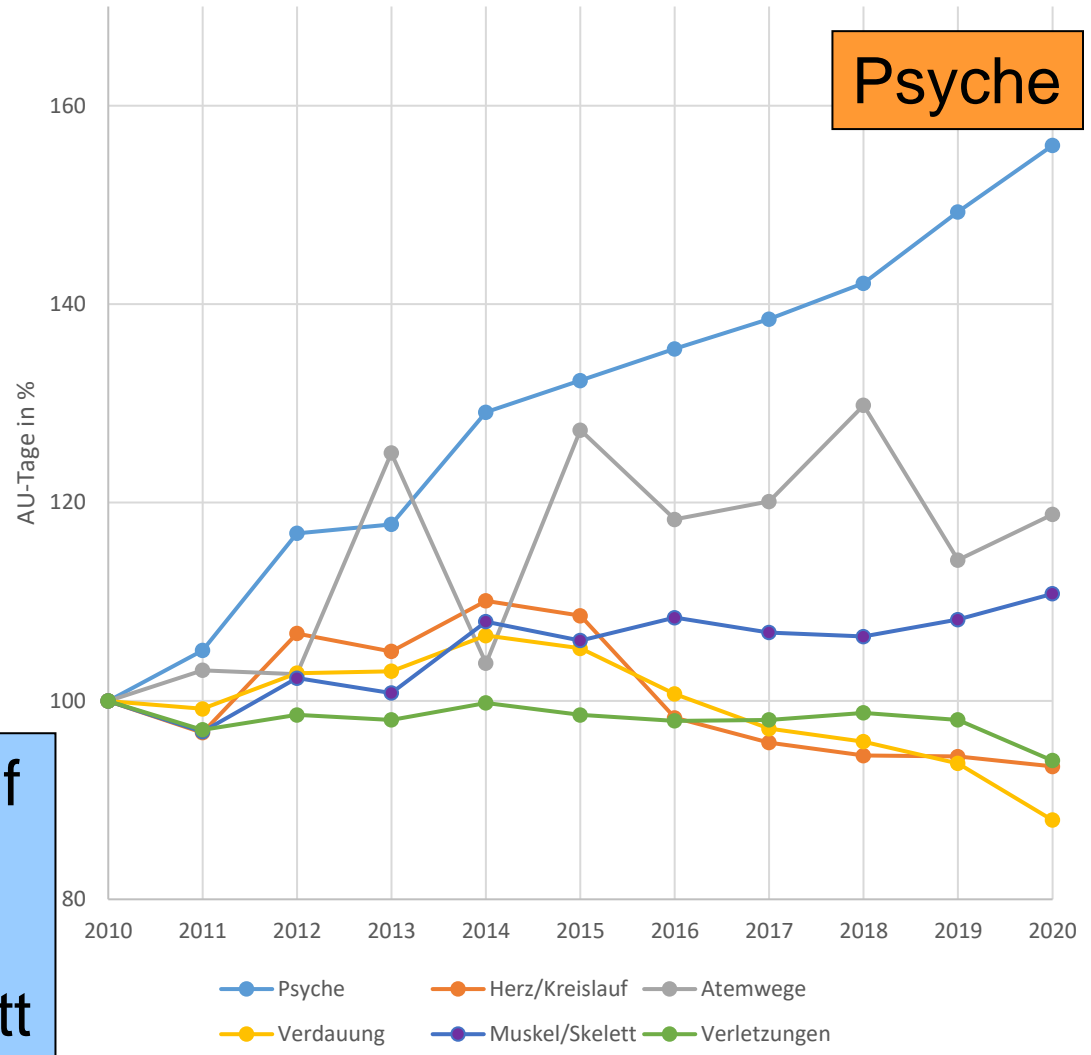
# Pflicht nach ArbSchG/ und ökonomische- Herausforderung

## AU-Tage nach Diagnose

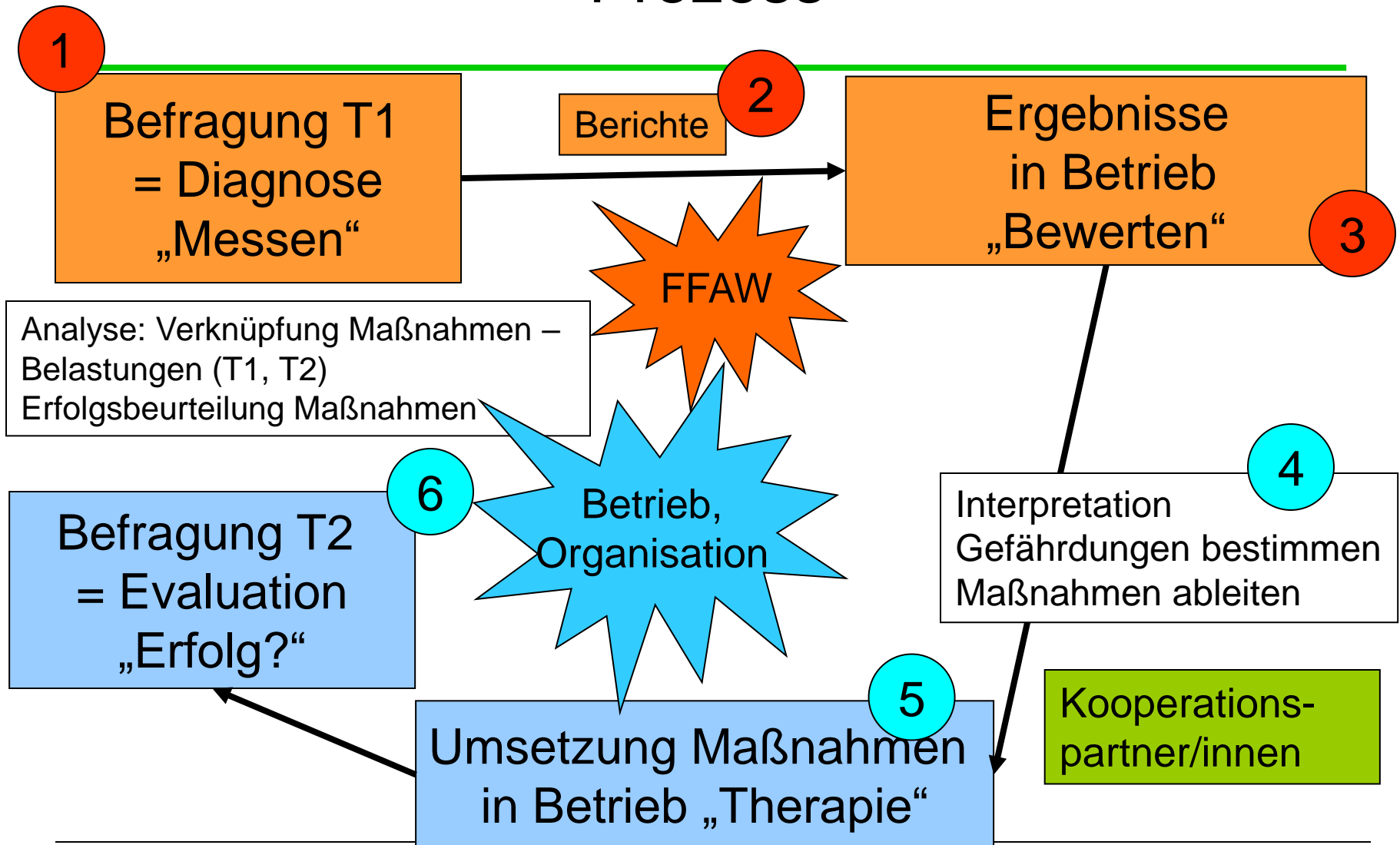
Deutschland 2010-2020  
Quelle: „Fehlzeitenreport  
2021“

Herz-Kreislauf  
Atemwege  
Verdauung  
Muskel/Skelett  
Verletzungen

Tage der Arbeitsunfähigkeit der AOK-Mitglieder nach Krankheitsarten in  
den Jahren 2010-2020, Indexdarstellung (2010 = 100%)

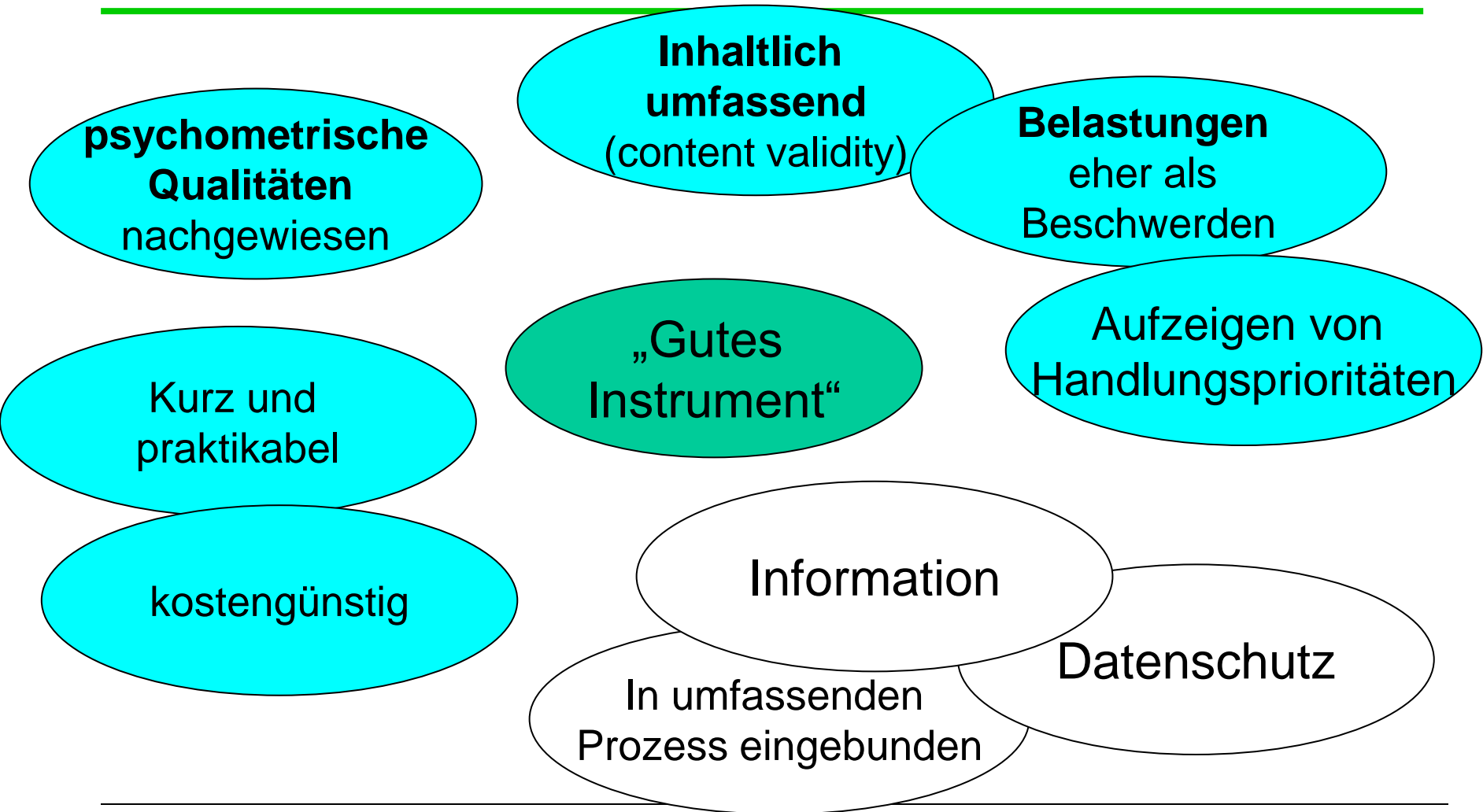


# Basisdaten, 1. Messung als 1. Schritt im Prozess



# Was muss ein Fragebogen können? Anforderungen an ein „gutes Instrument“

---



# Der Fragebogen COPSQQ: Copenhagen Psychosocial Questionnaire

---

- Inhaltlich sehr breites Instrument
  - Belastungen + Beanspruchungen
- Umfangreich psychometrisch geprüft im Auftrag der BAuA 2003-2005, (ISO 10075-3)
  - Reliabilität, Validität, Objektivität
  - Akzeptanz, Praktikabilität
  - Verkürzter Bogen
- Breit erprobt
  - Deutschland COPSQQ Datenbank: N > 250.000
  - Vergleichswerte für Branchen / Berufe
  - International im Einsatz



# COPSOQ 3 Fragebogen, Zusatzmodule, DCS-Sortierung („Demand-Control-Support-Modell“, Karasek/Theorell)

## Anforderungen

- Quantitative Anforderungen
- Emotionale Anforderungen
- Verbergen von Emotionen
- Work Privacy-Konflikte
- Entgrenzung

## Einfluss und Entwicklungsmöglichkeiten

- Einfluss
- Entwicklungsmöglichkeiten
- Entscheidungsspielraum
- Bedeutung der Arbeit
- Verbundenheit mit Arbeitsplatz

## Weitere Aspekte

- Arbeitsumgebung /phys. Anforderungen
- Unsicherheit des Arbeitsplatzes
- Unsicherheit der Arbeitsbedingungen

## Soziale Beziehungen und Führung

- Vorhersehbarkeit der Arbeit
- Rollenklarheit
- Rollenkonflikte
- Führungsqualität
- Unterstützung bei der Arbeit
- Feedback / Rückmeldung
- Menge sozialer Kontakte
- Gemeinschaftsgefühl
- Ungerechte Behandlung
- Vertrauen und Gerechtigkeit
- Wertschätzung

## Belastungsfolgen

- Gedanke an Berufs- / Stellenwechsel
- Arbeitszufriedenheit
- Arbeitsengagement
- Allgemeiner Gesundheitszustand
- Burnout-Symptome
- Präsentismus
- Unfähigkeit abzuschalten

## Soziodemographie

- Geschlecht
- Altersgruppe
- Führung
- Befristung
- Vollzeit
- Abend-/Nachtarbeit
- Feiertag-/Wochenendarbeit
- Arbeit von zu Hause
- Arbeit von unterwegs
- Betriebliche Untereinheiten
- Berufsgruppe

## Freitextfeld

- Wünsche zur Verbesserung der Arbeitssituation

## Evtl. + Zusatzmodule

- Kund:innenkontakt /-konflikt
- BGF (Wünsche, Bewertung)
- Pädagogik / Schulen
- Sexuelle Belästigung
- Corona-Modul
- Homeoffice-Modul

84 Items

31 Skalen (24+7)

ca. 20 Min

# COPSOQ 3 Fragebogen, Zusatzmodule, GDA-Sortierung („Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie“)

## Arbeitsinhalt

- Emotionale Anforderungen
- Emotionen verbergen
- Einfluss auf die Arbeit
- Entwicklungsmöglichkeiten
- Vorhersehbarkeit der Arbeit
- Rollenklarheit

## Arbeitsorganisation

- Quantitative Anforderungen
- Unterstützung bei der Arbeit
- Rollenkonflikte
- Bedeutung der Arbeit
- Verbundenheit mit dem Arbeitsplatz

## Arbeitsumgebung

- Lärm, Temperatur, Gefahrstoffe
- Körperliche Belastungen
- Beleuchtung

## Arbeitsmittel

- Ausstattung Homeoffice-Modul  
(= primär Thema der  
technischen Gefährdungsbeurteilung)

## Arbeitszeit

- Work-Privacy-Konflikte
- Spielraum bei Pausen und Urlaub
- Entgrenzung
- Unsicherheit des Arbeitsplatzes
- Unsicherheit der Arbeitsbedingungen
- Atypische Arbeitszeiten
- Befristetes Arbeitsverhältnis

## Soziale Beziehungen

- Führungsqualität
- Feedback / Rückmeldung
- Menge sozialer Kontakte
- Gemeinschaftsgefühl
- Ungerechte Behandlung
- Vertrauen und Gerechtigkeit
- Wertschätzung

## Belastungsfolgen

- Gedanke an Berufs- / Stellenwechsel
- Arbeitszufriedenheit
- Arbeitsengagement
- Allgemeiner Gesundheitszustand
- Burnout-Symptome
- Präsentismus
- Unfähigkeit abzuschalten

## Soziodemographie

- Geschlecht
- Altersgruppe
- Führung
- Befristung
- Vollzeit
- Abend-/Nachtarbeit
- Feiertag-/Wochenendarbeit
- Arbeit von zu Hause
- Arbeit von unterwegs
- Betriebliche Untereinheiten
- Berufsgruppe

## Freitextfeld

- Wünsche zur Verbesserung der Arbeitssituation

## Evtl. + Zusatzmodule

- Kundenkontakt /-konflikt
- BGF (Wünsche, Bewertung)
- Pädagogik / Schulen
- Sexuelle Belästigung
- Corona-Modul
- Homeoffice-Modul

# www.copsoq.de

Infos zu COPSOQ

Fragebögen download

Online Fragebogen

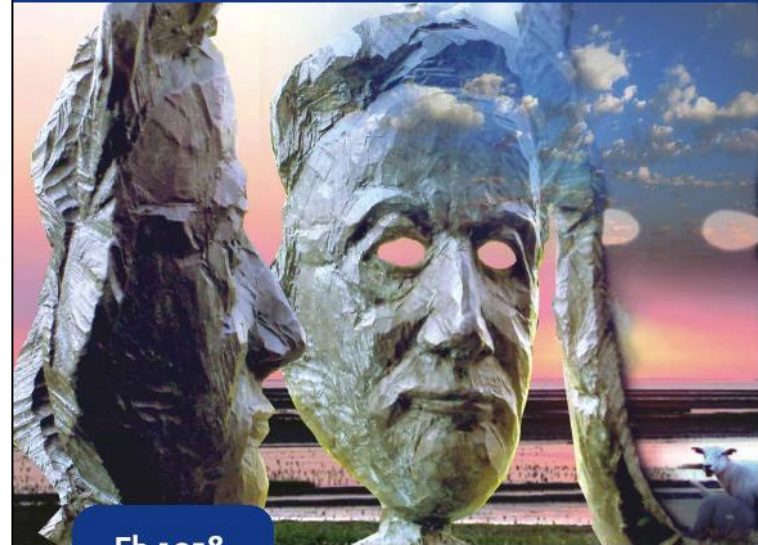
Infos zu Kooperationsmodell

Download: Forschungsbericht

Fb 1058 (als PDF)

## Methoden zur Erfassung psychischer Belastungen

M. Nübling, U. Stöbel, H.-M. Hasselhorn, M. Michaelis, F. Hofmann



**Fb 1058**

Schriftenreihe der  
Bundesanstalt für  
Arbeitsschutz und  
Arbeitsmedizin

**baua:**



# Gefährdungsbeurteilung Psych. Faktoren im Betrieb: Konkrete Durchführung: Vorbereitung

---

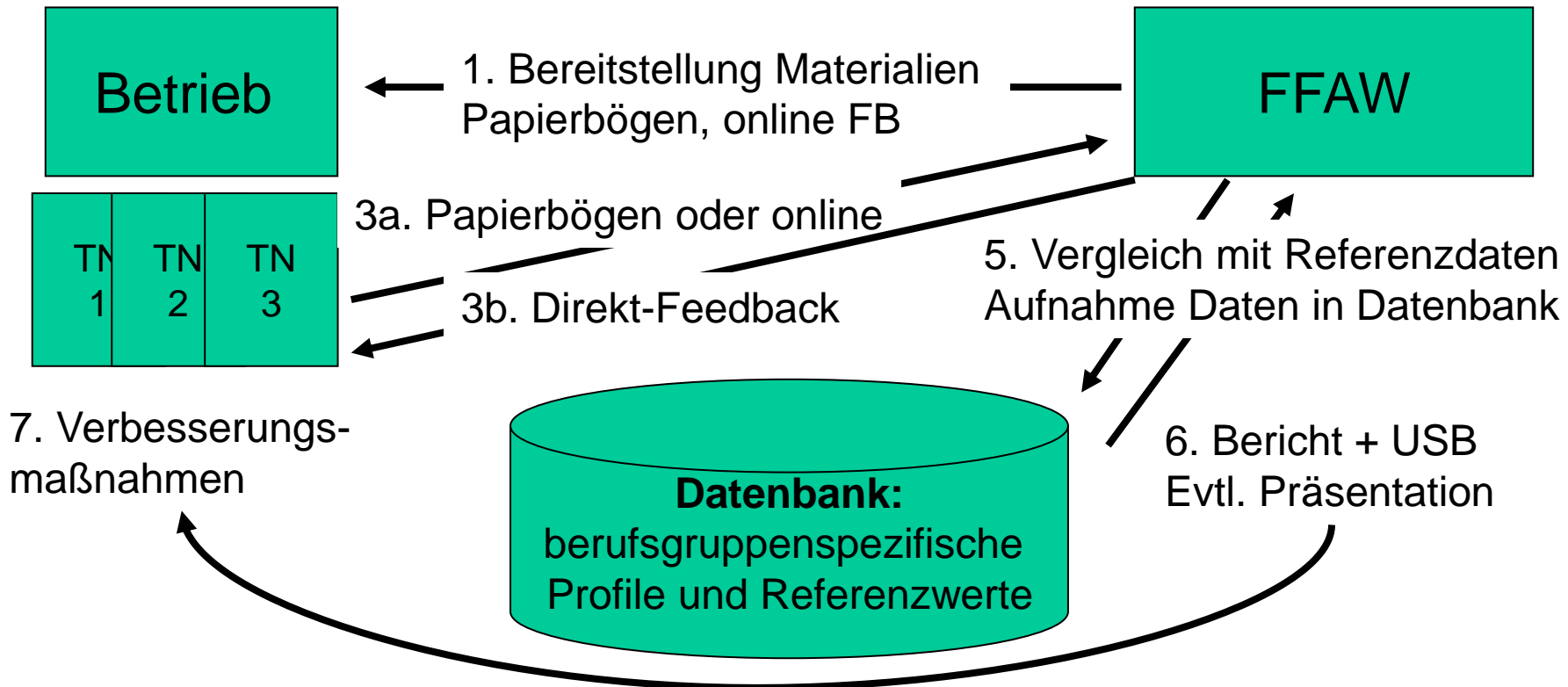
- Zusammenstellung Fragebogen
  - COPSOQ Standard-Module
  - Zusatzmodule / Zusatzfragen
- Definition Untereinheiten
  - Standorte, Abteilungen
  - Mindestfallzahl ( $N \geq 5$ )
- Paper & pencil oder online
  - Direktfeedback nur bei online
- Datenschutzvereinbarung nach DSGVO

# Ablauf konkret: Messung: Kooperationsmodell Praxis (Betriebe) – Wissenschaft (FFAW)

Ihre Aufgabe:  
Werbung!

2. Durchführung MAB

4. Datenanalyse



# Online Fragebogen

## <https://betriebxxx.copsoq.de>

COPSOQ

Mitarbeiterbefragung zu psychosozialen Faktoren am Arbeitsplatz

Betrieb xxx

Start

Datenschutz

Impressum

Login

## Mitarbeiterbefragung zu psychosozialen Faktoren am Arbeitsplatz

### Sehr geehrte Dame, sehr geehrter Herr,

die Befragung zu psychischen Arbeitsbelastungen dient der Verbesserung des betrieblichen Arbeitsumfelds. Der vorliegende Fragebogen ist ein wissenschaftlich umfassend erprobtes Instrument zur Messung von Belastungen in unterschiedlichen Betrieben und Berufen.

Wenn Sie den Fragebogen ausgefüllt haben, erhalten Sie (und nur Sie!) einen **individuellen Vergleich** Ihrer Belastungswerte mit den Werten einer repräsentativ gewichteten Stichprobe aus über 250.000 Beschäftigten in Deutschland. Etwa vier Wochen nach der Befragung bekommt Ihr Betrieb einen Bericht mit den Durchschnittsergebnissen aller Befragten. Ergebnisse für **Gruppen mit weniger als 5 teilnehmenden Beschäftigten werden im Bericht nicht separat ausgewertet**. Das verhindert den Rückschluss auf die einzelne Person.

Bitte füllen Sie den Fragebogen aus bis spätestens **05.07.2021**. Das Ausfüllen dauert erfahrungsgemäß etwa 20 Minuten. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie an der Befragung teilnehmen. Vielen Dank!

### Eine Bitte an Sie aus aktuellem Anlass:

Aufgrund der aktuellen Corona-Pandemie und den damit verbundenen besonderen Herausforderungen im Arbeitsleben sind am Ende des Fragebogens einige Zusatzfragen zu dieser Problematik aufgeführt. Wir möchten Sie herzlich darum bitten, diese Fragen zu beantworten. Damit ermöglichen Sie es uns Auswirkungen dieser Krisensituation auf Ihr Befinden zu ermitteln.

### Einverständniserklärung:

Mit der Teilnahme an der Befragung zu psychischen Arbeitsfaktoren mit dem COPSOQ-Fragebogen erkläre ich mich einverstanden, dass meine Angaben von der Freiburger Forschungsstelle für Arbeitswissenschaften - FFAW GmbH zur Gefährdungsbeurteilung verwendet und unter Löschung betriebsbezogener Merkmale (Organisationseinheit, Tätigkeitsschwerpunkt) in die COPSOQ-Vergleichswertedatenbank aufgenommen werden dürfen. Zum Schutz vor Rückschlüssen dürfen meine Angaben immer nur zusammen mit denen anderer Personen ausgewertet werden (Mindestgruppengröße: 5 Personen). Die Weitergabe meiner Angaben an Dritte ist ausgeschlossen.

Die Teilnahme an der Befragung ist freiwillig. Mir ist bekannt, dass ich meine Einverständniserklärung während des Befragungszeitraumes widerrufen kann. Durch den Widerruf wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis dahin erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Auf bereits verarbeitete Daten, die nicht mehr mit meiner Person in Verbindung gebracht werden können, hat ein eventueller Widerruf daher keine Auswirkung. Ausführliche Informationen zur Befragung und zum Datenschutz können hier nachgelesen werden.

Ich möchte an der Befragung teilnehmen

Start

Zugangsdaten

Wenn Sie noch Fragen haben, können Sie sich gerne wenden an:





# Bsp: Individuelles Feedback (pers. Ergebnis)

## COPSOQ Feedback

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme!

Ihre individuellen Ergebnisse: 29.05.2020

Die COPSOQ-Referenzdatenbank umfasst die Angaben von mehr als 250.000 Befragten. In den folgenden Grafiken werden Ihre soeben gemachten Angaben mit den Durchschnittswerten einer repräsentativ gewichteten Stichprobe aus unterschiedlichen Berufen verglichen.

Bitte beachten Sie, dass einige Skalen positiv gepolt sind und einige negativ. So ist ein hoher Wert für z.B. die Skala "Einfluss" positiv zu bewerten, während ein hoher Wert für "Rollenkonflikt" ein negativer Befund ist.

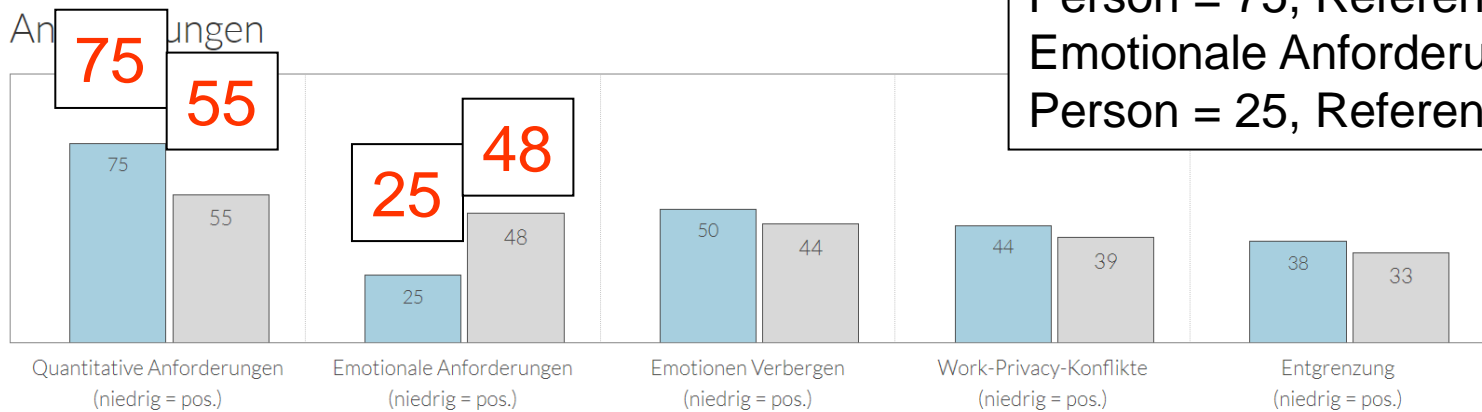
Wenn Sie Ihre individuellen Ergebnisse jetzt speichern oder ausdrucken, können Sie sie später mit den Ergebnissen Ihres Betriebes vergleichen.

Um Ihre Werte als PDF-Datei zu speichern, klicken Sie bitte hier:

[PDF von Feedback hier erzeugen](#)

Für jeden der 31 Aspekte.  
Drucken oder Speichern.

Quantitative Anforderungen  
Person = 75, Referenz = 55  
Emotionale Anforderungen  
Person = 25, Referenz = 48



## Einfluss und Entwicklungsmöglichkeiten

# Bericht Betriebe: Ausdruck + USB

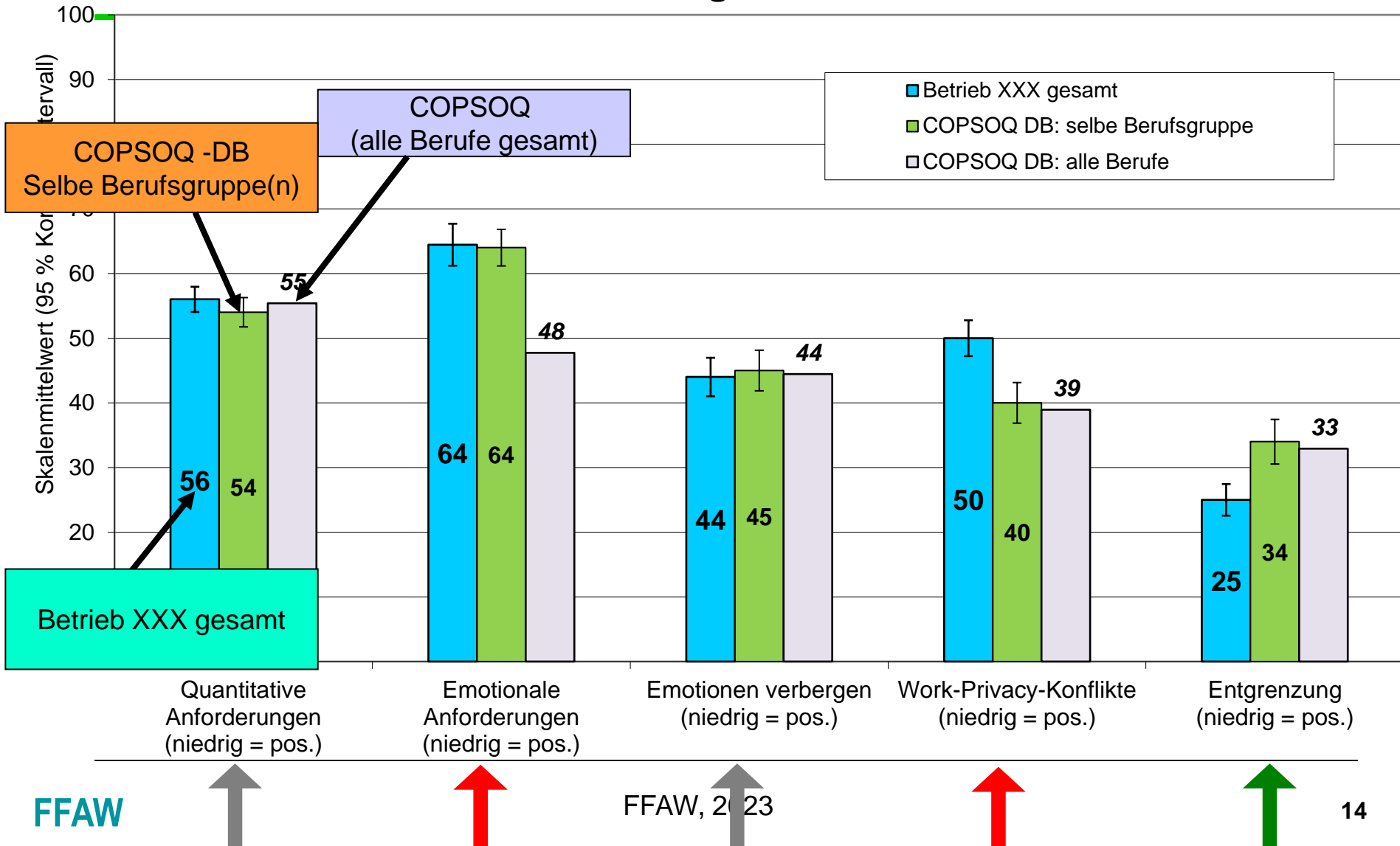
## alle Ergebnisse: Gruppen $\geq 5$ TN

---

- 1. Textteil:
  - Hintergrund, Ziele, Durchführung, Interpretation wichtigste Ergebnisse
- 2. Doku Fragebogen COPSOQ
- 3. Doku Ergebnisse (Tabellen) und Freitextanmerkungen
- 4. Graphiken (je Skala, d.h. sets à 31+x Graphiken)
  - Vergleich mit anderen Berufsgruppen und berufsgruppenspezifischen Referenzdaten (externer Vergleich)
- 5. Graphiken (je Skala, 31+x Skalen)
  - Vergleich der Untereinheiten (z.B. Abteilungen) untereinander

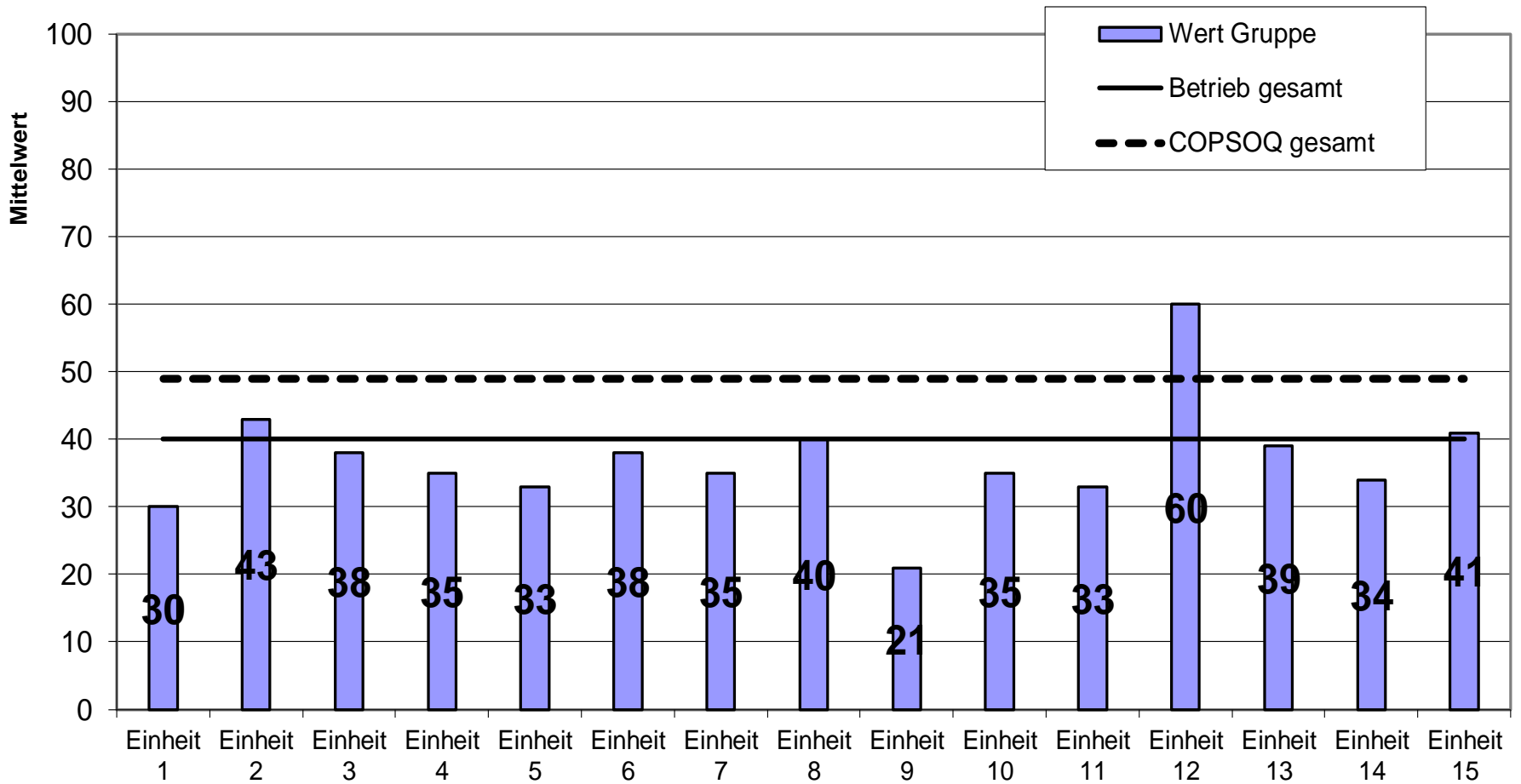
# Betriebsbericht Teil 4: Berufsgruppenvergleich (extern) analog für alle 31 Skalen des COPSOQ

## Anforderungen der Arbeit



# Betriebsbericht Teil 5: Interner Vergleich von Untereinheiten analog für alle 31 Skalen des COPSOQ

## Skala: Emotionale Anforderungen



# Zusammenhangsanalysen

## Datenbasis: COPSOQ-DB gesamt

---

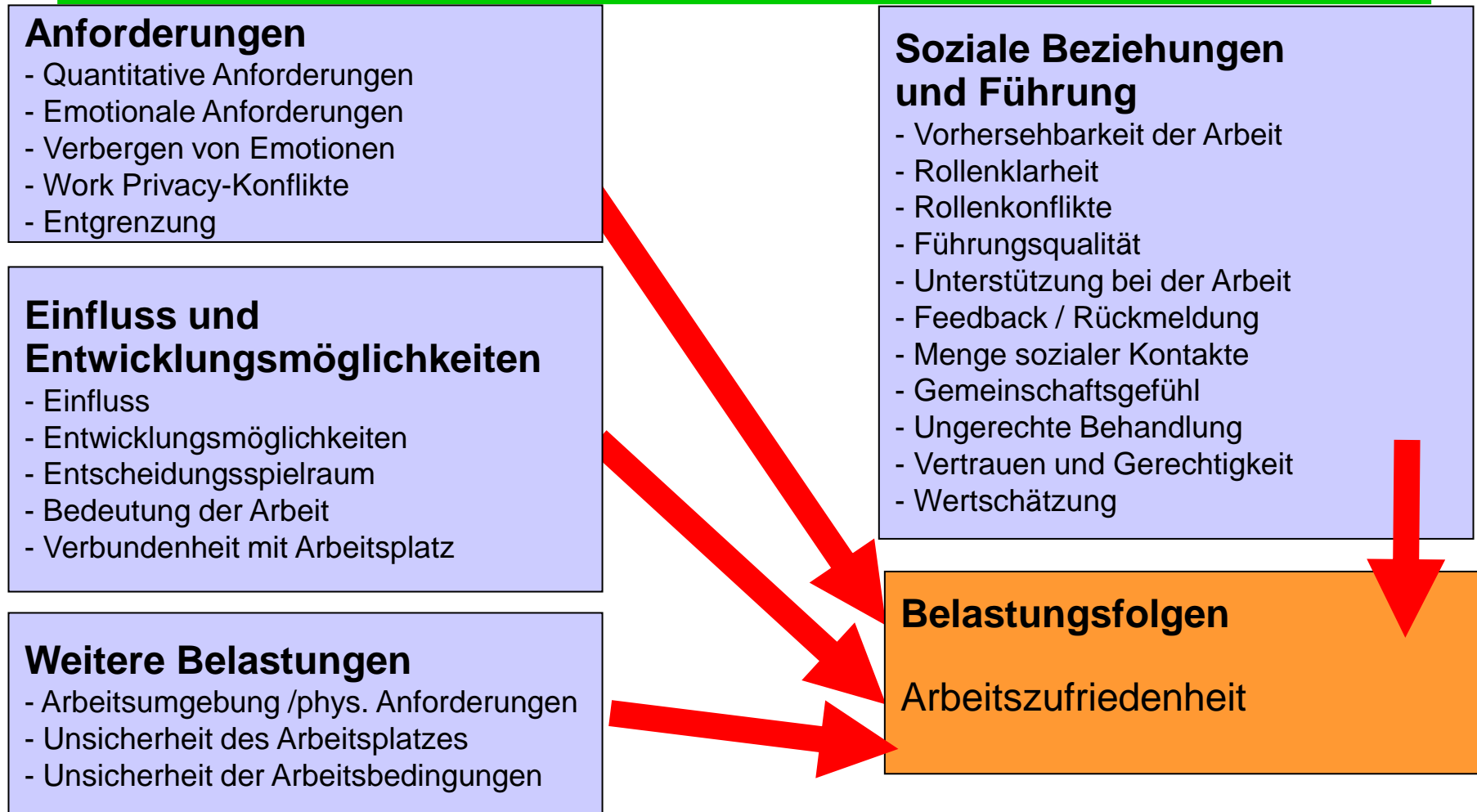
### Zusammenhänge

- Belastungen – Beanspruchungen
- Was ist besonders belastend / lohnend?
- Wo kann Prävention sinnvoll ansetzen?
  
- Betrieb: Kritische und wichtige Aspekte.



# COPSOQ Datenbank gesamt

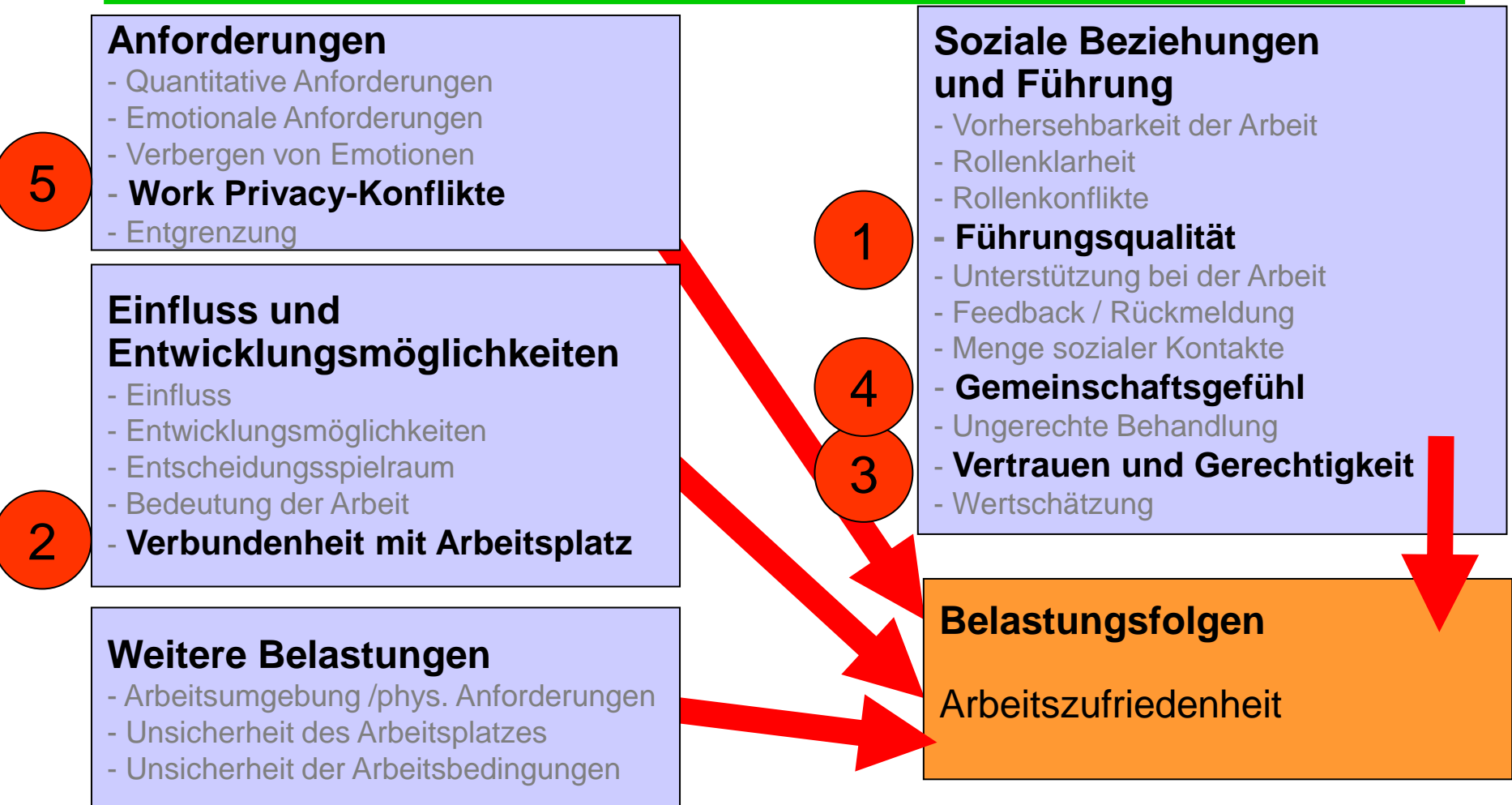
## Modell: Arbeitszufriedenheit



# COPSOQ Datenbank gesamt

## Modell: Arbeitszufriedenheit

(erste 5 Faktoren:  $R^2=0.60$ , =„erklärte Varianz“)



# Zusammenfassung

---

## Zusammenfassung



# Zusammenfassung: 1. Messung mit Fragebogen

---

- Gefährdungsbeurteilung / Einstieg BGM: immer braucht es verlässliche Basisdaten, große DB mit **Referenzdaten**
- **Wiss. geprüftes, valides** Instrument, **standardisierte Erhebung**
- **Inhaltlich breite** Abdeckung des Themas bei **Kürze** Instrument

# Ablauf, Datenschutz

---

- **Alle** werden beteiligt.
- Komplette **anonymisiertes** Verfahren
- **Externe** Datenerhebung, Datenverwaltung und Auswertung
- **Wenig Aufwand** für Betrieb bei Messung
- **Anonymität: Daten extern und Ergebnisse nur für Gruppen**

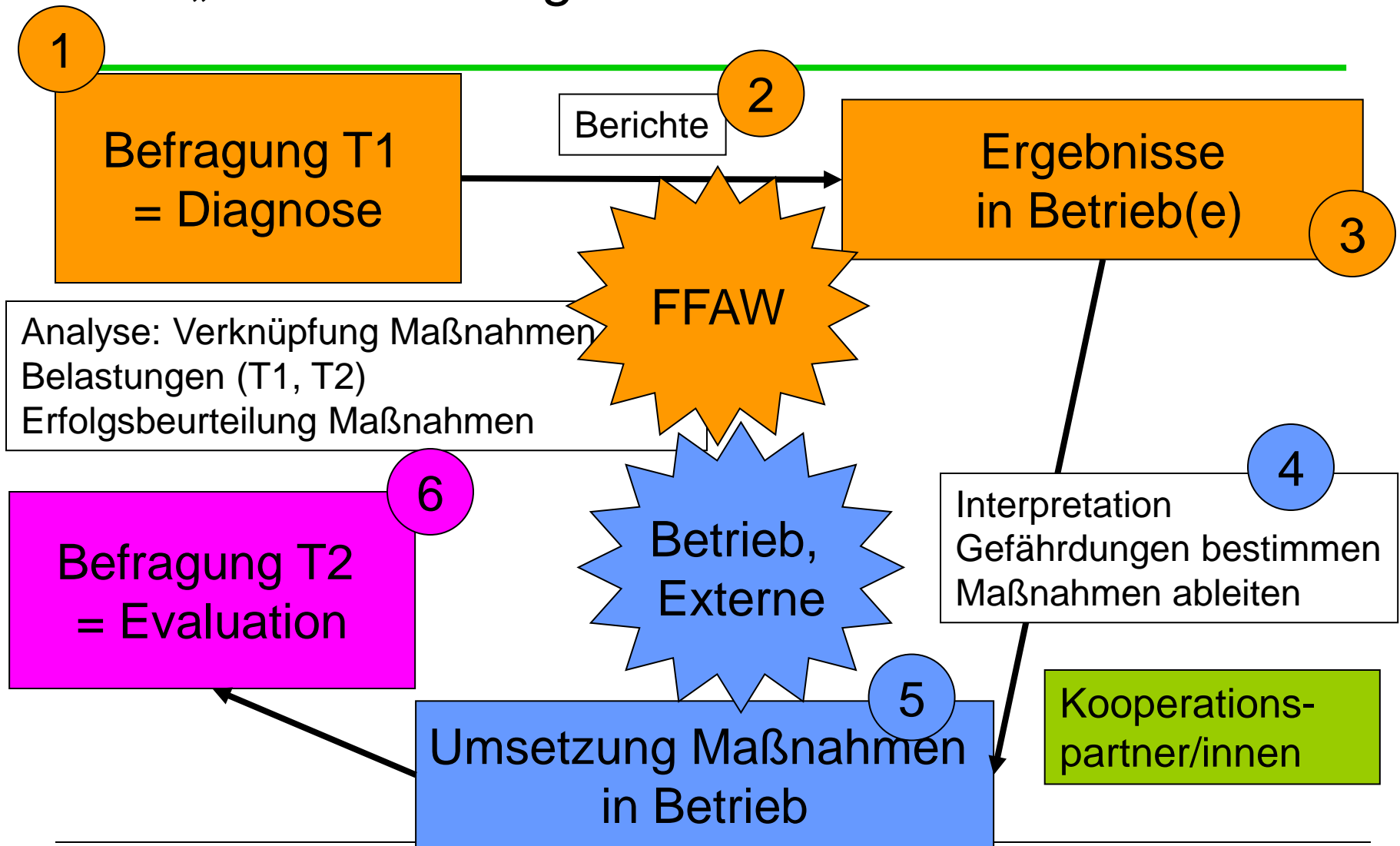
# Nach der Messung: Intervention + Evaluation

---

- **Bewertung Ergebnisse und Priorisierung Maßnahmen** (Gesundheitszirkel, ASA..., mit externer Unterstützung?!); **Kooperationspartner/innen**
- **Umsetzung** Maßnahmen, Dokumentation
- **Evaluation** und Bewertung **Maßnahmen in 2. Messung**. Was war erfolgreich? Was ist erfolgversprechend?

# Gesamtprozess – Gefährdungsbeurteilung

„Nur vom Wiegen wird die Sau nicht fett“







# Danke fürs Zuhören!!!

[nuebling@ffaw.de](mailto:nuebling@ffaw.de)

[www.ffaw.de](http://www.ffaw.de)

[www.copsoq.de](http://www.copsoq.de)

[www.copsoq-network.org](http://www.copsoq-network.org)

