

Befragung

In der Arbeitspsychologie und -medizin stehen vielfältige, wissenschaftlich erprobte Fragebogen-Instrumente zur Erhebung von Belastungen und Beanspruchungen zur Verfügung. Sie werden zur Erfassung von Merkmalen der Tätigkeit und der Arbeitsbedingungen, aber auch von Gesundheit, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit eingesetzt. Auch das individuelle Befinden und Beanspruchungserleben kann über Fragebogen-Instrumente erfasst werden.

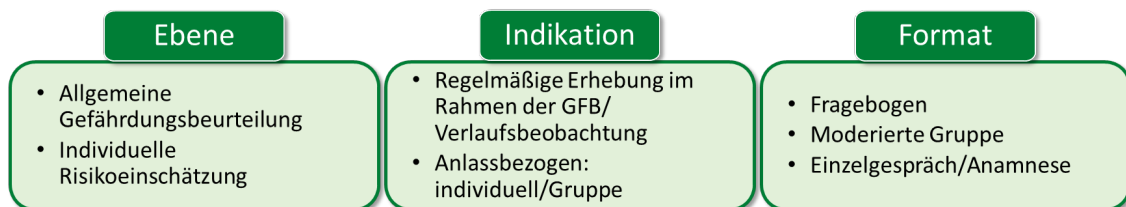
Eine Datenerhebung in sogenannter pseudonymisierter Form erlaubt im Gegensatz zu einer vollständig anonymen Erhebung eine Auswertung im Zeitverlauf auf einer wesentlich tieferen Ebene, die für die Evaluation möglicher Maßnahmen sinnvoll sein kann. Sie erfolgt mit Hilfe eines Codes, den die Teilnehmenden selbst generieren und der auch nur von jedem Teilnehmenden selbst rekonstruiert werden kann. In der Regel ist ein solches Procedere jedoch nur bei besonderen Fragestellungen und externer Begleitung zu empfehlen, da dies ein Maß an Vertrauen zwischen allen Hierarchien im Unternehmen voraussetzt, das nicht immer gegeben ist bzw. vorausgesetzt werden kann.

In den Tabellen 1 und 2 sind häufig eingesetzte Instrumente zusammengestellt. Diese Zusammenfassungen beinhalten Instrumente, sowohl für die Erfassung von Arbeitsanforderungen, die speziell für dVA relevant sind, als auch für die Themenfelder, die darüber hinaus im Kontext dVA für eine umfängliche Beurteilung der Gefährdungssituation (allgemein und individuell) relevant sind. Es wird, thematisch geordnet, jeweils ein Erhebungsinstrument mit seiner Quelle als Beispiel angegeben.

Tipps und Hinweise

Auch wenn anstelle schriftlicher Befragungen das Format von Einzel- oder Gruppengesprächen (moderierte Gruppen) gewählt wird, sollten dort dieselben Inhalte bearbeitet werden.

Befragung zur Erhebung charakteristischer Anforderungsbereiche und -merkmale digital vernetzter Arbeit



Zur Erfassung charakteristischer Anforderungsbereiche und -merkmale digital vernetzter Arbeit können etablierte Instrumente eingesetzt werden. Dasselbe gilt für Stressoren und Ressourcen, die zusätzlich erhoben werden sollten (Tabelle 1).

Aspekte der Flexibilität, Erreichbarkeit und Entgrenzung sollten mit Blick auf das digitale und vernetzte Arbeiten ebenfalls berücksichtigt werden. Geeignete Konstrukte und Skalen zur Erfassung von Belastungs- und Beanspruchungsmerkmalen finden sich im Abschlussbericht des FlexA-Projekts (Flexibilisierung, Erreichbarkeit und Entgrenzung in der Arbeitswelt, <https://www.lgl.bayern.de/arbeitsschutz/arbeitsmedizin/flexa.htm>), bei dem Wissenschaftlerinnen des Instituts für Arbeits-, Sozial und Umweltmedizin der LMU München zusammen mit zwei weiteren Forschungspartnern ein Handlungskonzept zur Prävention psychischer Fehlbeanspruchungen und Stärkung psychischer Gesundheit bei Beschäftigten in kleinen und mittleren Unternehmen entwickelt haben.

Wissenschaftliche Erkenntnisse aus dem Projekt

Auf Anforderungsebene ergaben sich positive prädiktive Zusammenhänge zwischen **kognitiven Anforderungen** und psychosomatischen Herzbeschwerden, allgemeinem Stresserleben, Work-Life-Konflikten sowie der Absicht, zu kündigen. **Komplexitätsanforderungen** zeigten einen positiven prädiktiven Zusammenhang mit Erschöpfungsneigung und emotionaler Irritation, und einen negativen Zusammenhang mit Erholungsfähigkeit und beruflicher Selbstwirksamkeit.

Bei den Stressoren fand sich ein positiver prädiktiver Zusammenhang zwischen **körperlichen Belastungen** und psychosomatischen Beschwerden (Magen, Glieder, Herz) sowie ein negativer prädiktiver Zusammenhang mit Erholungsfähigkeit und Lebensqualität.

Auf Ebene der Ressourcen war der **Entscheidungsspielraum** prädiktiv positiv verknüpft mit Arbeitsfähigkeit und negativ mit nicht klinischer Angst. **Rollenklarheit** zeigte einen negativen prädiktiven Zusammenhang mit der Burnout-Komponente „Zynismus“ und der Kündigungsabsicht.

Im Bereich der Technologie-Parameter ergab sich für die **Nutzbarkeit (Usability)** der eingesetzten Technologien ein negativer prädiktiver Zusammenhang mit den beiden Burnout-Komponenten „emotionale Erschöpfung“ und „Zynismus“ sowie mit Work-Life-Konflikten, ein positiver zeigte sich mit Erholungsfähigkeit und Commitment. Für die **Verlässlichkeit (Reliability)** der eingesetzten Technologien fanden sich positive prädiktive Zusammenhänge mit psychosomatischen Beschwerden (Magen, Glieder), Arbeitsfähigkeit und Lebensqualität, und ein negativer mit emotionaler Irritation.

Bedingungsseitig waren zudem **ungünstige Arbeitsumgebungsbedingungen** prädiktiv positiv mit psychosomatischen Beschwerden und negativ mit Lebensqualität und Arbeitsfähigkeit verknüpft.

Wissenschaftliche Erkenntnisse aus dem Projekt

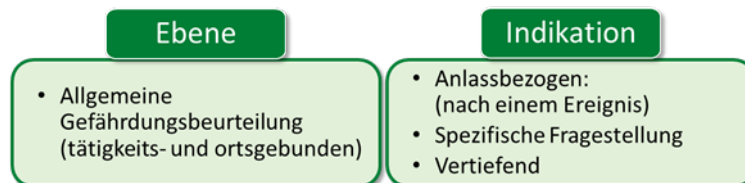
In den Querschnittsdaten zeigen die mit dem NASA-TLX erhobenen Aspekte der erlebten Belastung und Beanspruchung zum Teil signifikante Zusammenhänge mit einzelnen Herzfrequenz-Parametern. SDNN (Standard Deviation of Normal to Normal Beats) als Globalmaß der HRV ist sowohl zum ersten als auch zum zweiten Erhebungszeitpunkt (vor der Mittagspause und nach Arbeitsende) signifikant negativ mit geistigen Anforderungen korreliert, d.h. ein hohes Maß an geistigen Anforderungen ist mit einer geringeren Herzfrequenzvariabilität verknüpft. Nach Arbeitsende findet sich eine solche Verknüpfung auch für das Anstrengungs- und Frustrationserleben. Nach Arbeitsende zeigen alle drei Dimensionen außerdem eine negative Korrelation mit den frequenzbasierten Werten.

Außerdem fällt auf, dass die minimale Herzfrequenz zu beiden Erhebungszeitpunkten signifikant positiv mit dem Anstrengungs- und Frustrationserleben assoziiert ist, vor der Mittagspause zudem mit geistigen Anforderungen. Das bedeutet, dass eine höhere minimale Herzfrequenz mit höherem Maß an Anstrengung und Frustration sowie z.T. mit höheren geistigen Anforderungen verknüpft ist.

Mit Blick auf die erhobenen Gesundheitsoutcomes hatten in der Längsschnittbetrachtung die mit dem NASA-TLX erhobenen Belastungs- und Beanspruchungserleben tendenziell keine prädiktive Aussagekraft. Es fanden sich nur vereinzelt Zusammenhänge mit eher geringer Effektstärke, die keine Interpretation in Richtung eines generellen Vorhersagewerts erlauben.

Insgesamt lässt sich festhalten, dass es deutliche Zusammenhänge zwischen dem NASA-TLX und der Herzfrequenz bzw. Herzfrequenzvariabilität gibt. Entsprechend könnte der NASA-TLX unter den Gesichtspunkten der Praktikabilität und Verfügbarkeit ein, im Vergleich zur deutlich aufwändigeren HRV-Messung, einfaches und effizientes Instrument zur Einschätzung des aktuellen Belastungs- und Beanspruchungserlebens von Beschäftigten sein.

Arbeitsplatz-Beobachtung



Während eine Arbeitsplatz-Begehung Bestandteil jeder Belastungs- und Beanspruchungsanalyse im Rahmen einer Gefährdungsbeurteilung sein sollte und von den Betriebsärzt:innen oder den Sicherheitsfachkräften regelmäßig durchgeführt werden muss, handelt es sich bei einer Arbeitsplatz-Beobachtung um ein Verfahren, das Expert:innen vorbehalten bleibt, da es sowohl zur Durchführung als auch bei der Auswertung in hohem Maß Fachkenntnisse und Erfahrung braucht (Herbig et al. 2012).

Beobachtungen werden in erster Linie eingesetzt, wenn es darum geht, ganz gezielt spezifische Fragestellungen zu einem Thema oder Ereignis zu beantworten. Abhängig davon wird im Vorfeld detailliert festgelegt, wann und was beobachtet werden soll, wie lange beobachtet werden soll und wie die Beobachtungen dokumentiert werden. Nach Abschluss werden alle erhobenen Informationen verdichtet und nach wissenschaftlichen Methoden ausgewertet. Von der reinen Beobachtung unterscheidet sich das Beobachtungsinterview, bei dem der Beobachter mit Hilfe von ergänzenden Fragen versucht, auch intrapsychische Prozesse bei dem Beobachteten zu erfassen, die ansonsten nicht sichtbar werden. Diese Form der Beobachtung findet vor allem bei Detail-Analysen psychischer Belastungen Anwendung. Auch im Kontext dvA würde man aufgrund der häufig komplexen Arbeitstätigkeiten mit einem hohen Maß an regulativen Prozessen und geistigen Anforderungen diese Beobachtungsform wählen, wenn sich keine geeigneten beobachtbaren Parameter (wie z.B. Häufigkeit des E-Mail-Abrufs oder Unterbrechungen durch Systemmeldungen) finden lassen.