

Workshop: Ein Instrument zur Messung psychischer Gefährdungen im Betrieb: Der COPSOQ im Praxistest

Dr. Matthias Nübling, Iris Laasch

FFAW: Freiburger Forschungsstelle für
Arbeitswissenschaften GmbH

NDR Hamburg

Oldenburg, 25.6.2019

FFAW



Gliederung

Themen heute

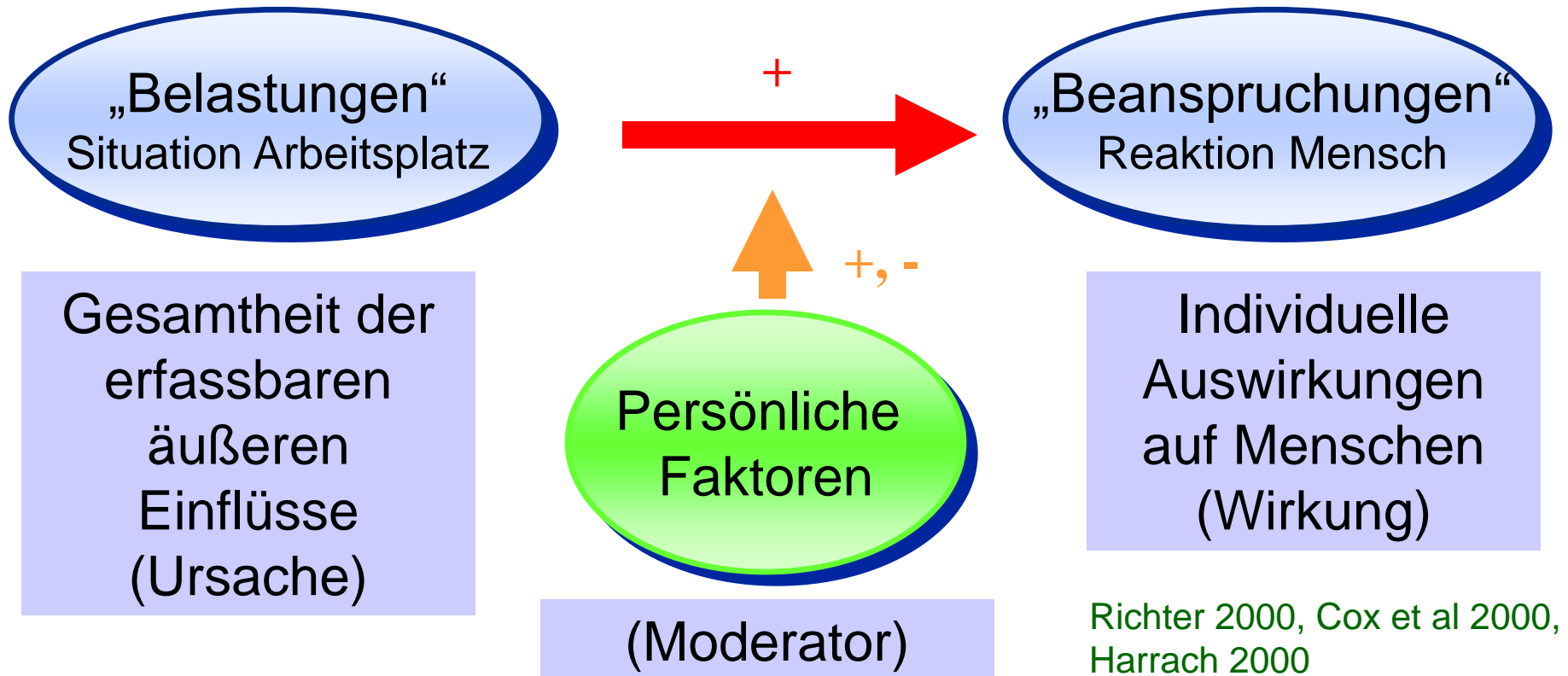
- I. Hintergrund, Modelle; Methoden / Verfahren / Instrumente
- II. COPSOQ (Copenhagen Psychosocial Questionnaire)
- III. In Praxis ausprobieren: 4 Skalen als Beispiele
- IV. Umsetzung im Betrieb (NDR)
- V. Zusammenfassung

Warum das Ganze? Hintergrund

- Psychische Belastungen nehmen zu
- Psychische Beschwerden (AU) nehmen zu
- Kosten nehmen zu
- Pflicht zur Gefährdungsbeurteilung (§5ff, ArbSchG)
 - Sicherheitstechnik ok (Normen, Checklisten)
 - Betriebsärztliche Untersuchung ok (klare Regelungen)
 - aber psychische Faktoren? Wie denn, was denn und womit denn?

Das Belastungs- Beanspruchungsmodell der Arbeitswissenschaft

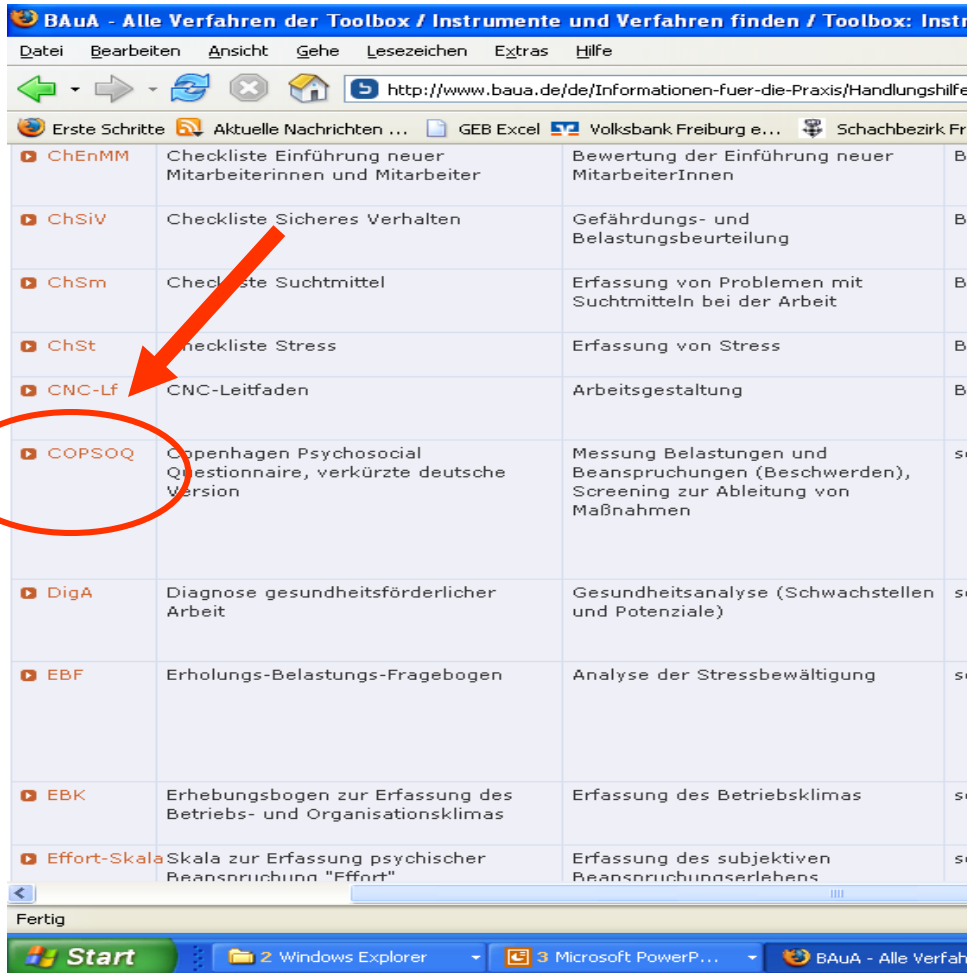
(Psychische) Belastungen und Beanspruchungen



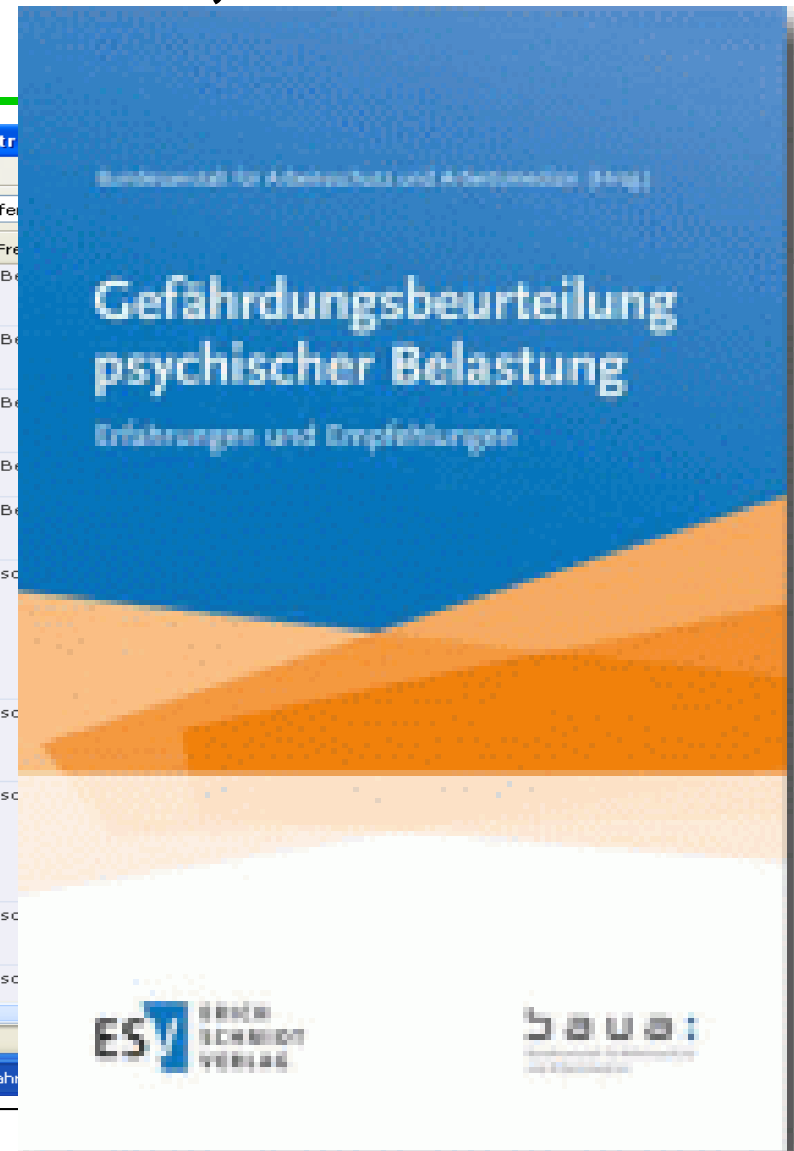
Genauigkeit

- ISO 10075-3: 3 Stufen
 - Orientierende Verfahren
 - Screening Verfahren (cave: nicht klinisches screening!)
 - Genaue Messung
- ISO: je unterschiedliche Anforderungen an Messeigenschaften

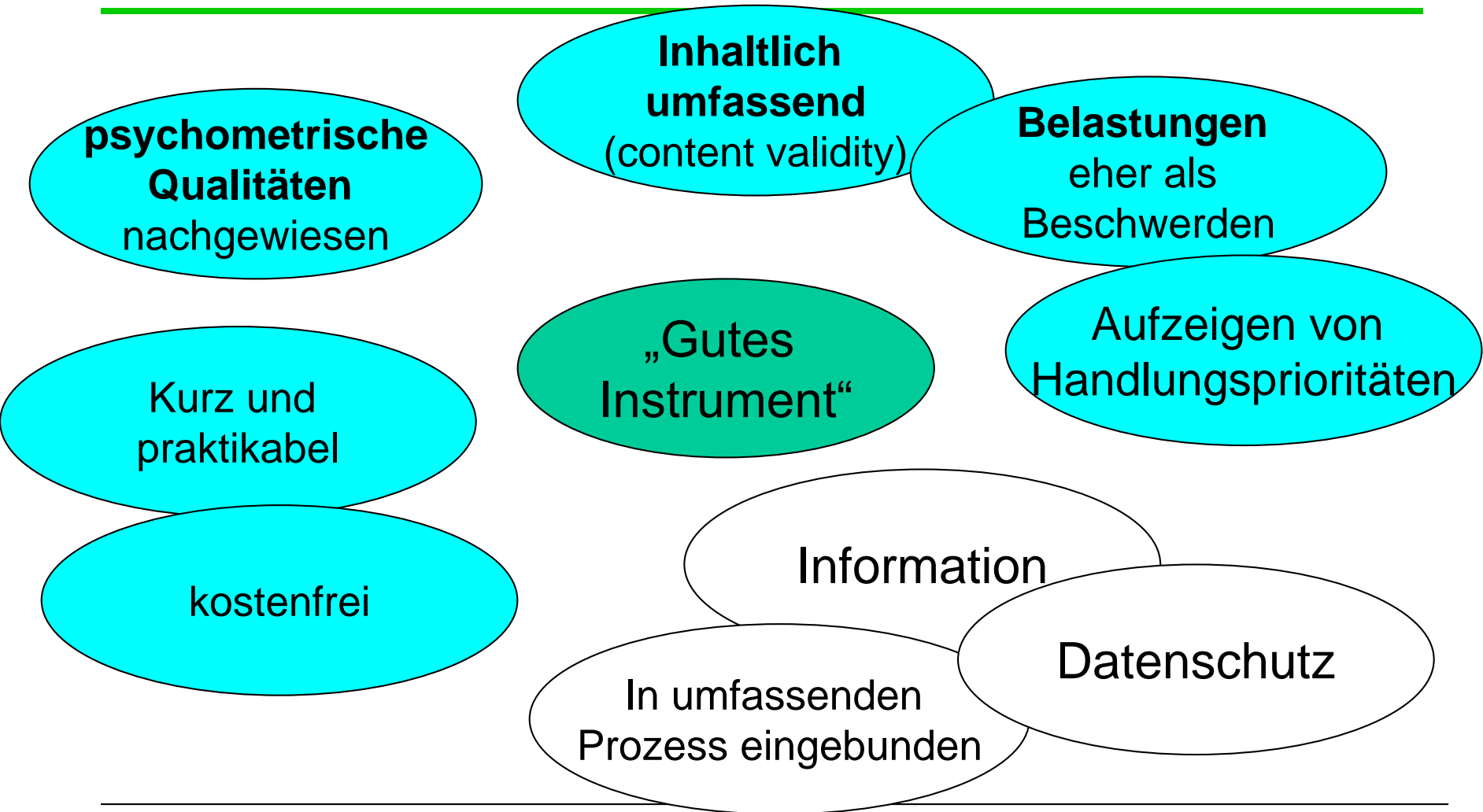
Früher BAuA – Toolbox; Buch GBU



Code	Titel	Beschreibung
ChEnMM	Checkliste Einführung neuer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter	Bewertung der Einführung neuer MitarbeiterInnen
ChSiV	Checkliste Sicheres Verhalten	Gefährdungs- und Belastungsbeurteilung
ChSm	Checkliste Suchtmittel	Erfassung von Problemen mit Suchtmitteln bei der Arbeit
ChSt	Checkliste Stress	Erfassung von Stress
CNC-LF	CNC-Leitfaden	Arbeitsgestaltung
COPSOQ	Copenhagen Psychosocial Questionnaire, verkürzte deutsche Version	Messung Belastungen und Beanspruchungen (Beschwerden), Screening zur Ableitung von Maßnahmen
DigA	Diagnose gesundheitsförderlicher Arbeit	Gesundheitsanalyse (Schwachstellen und Potenziale)
EBF	Erholungs-Belastungs-Fragebogen	Analyse der Stressbewältigung
EBK	Erhebungsbogen zur Erfassung des Betriebs- und Organisationsklimas	Erfassung des Betriebsklimas
Effort-Skala	Skala zur Erfassung psychischer Beanspruchung "Effort"	Erfassung des subjektiven Beanspruchungserlebens



Anforderungen an eine „gutes Instrument“ für psychosoziale Faktoren



Der COPSOQ

II. COPSOQ Fragebogen:

„unser“ Instrument

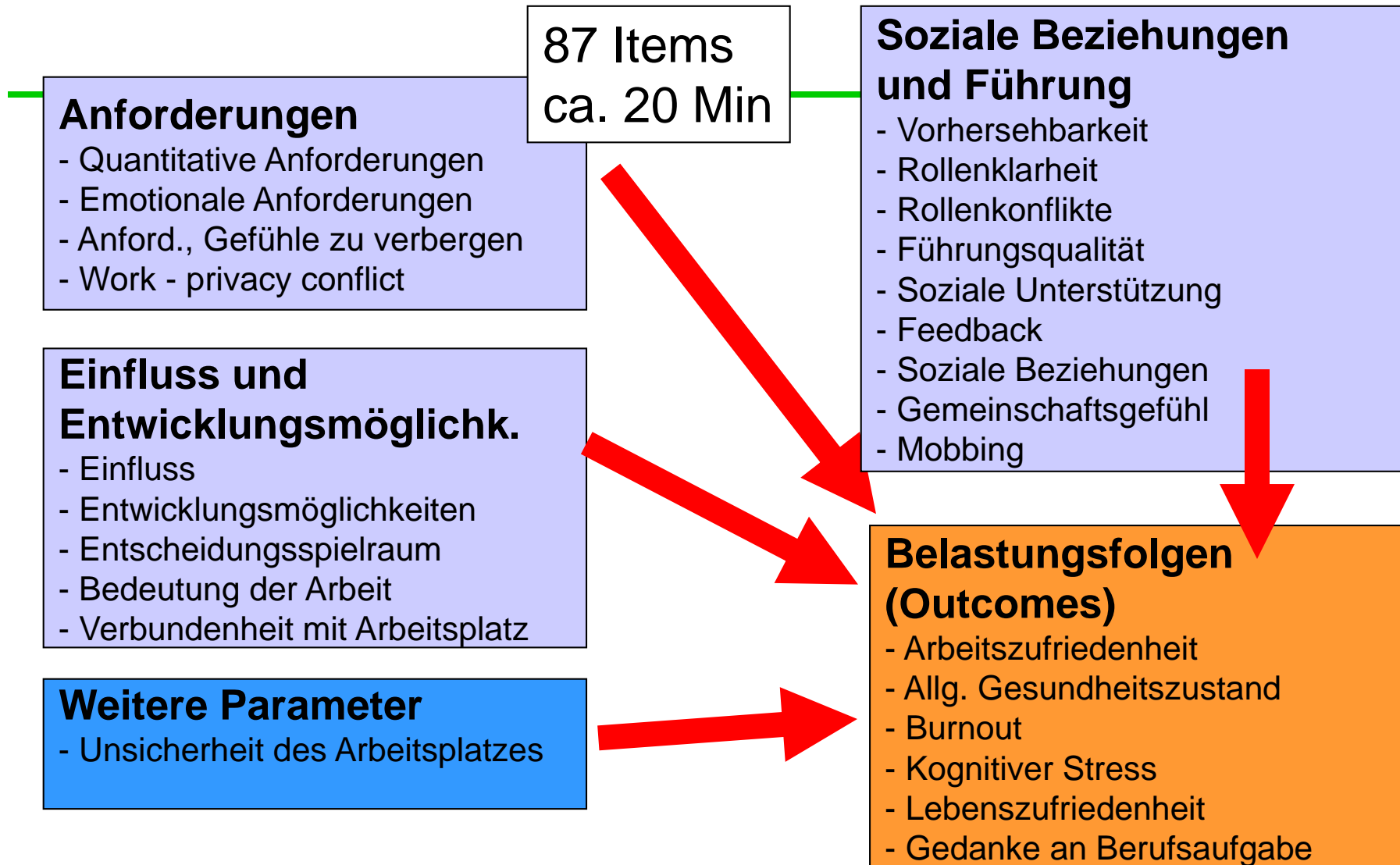


COPSOQ-Erprobung in Deutschland

- Studie im Auftrag der BAuA (FFAS, Uni Freiburg, Uni Wuppertal, ammi Kopenhagen 2003-2005)
- 1. Deutsche Version
- 2. Pilotstudie, Hauptstudie (N = 2.561)
- 3. Prüfung Messeigenschaften (ISO 10075-3)
- 4. Erstellen verkürztes Instrument

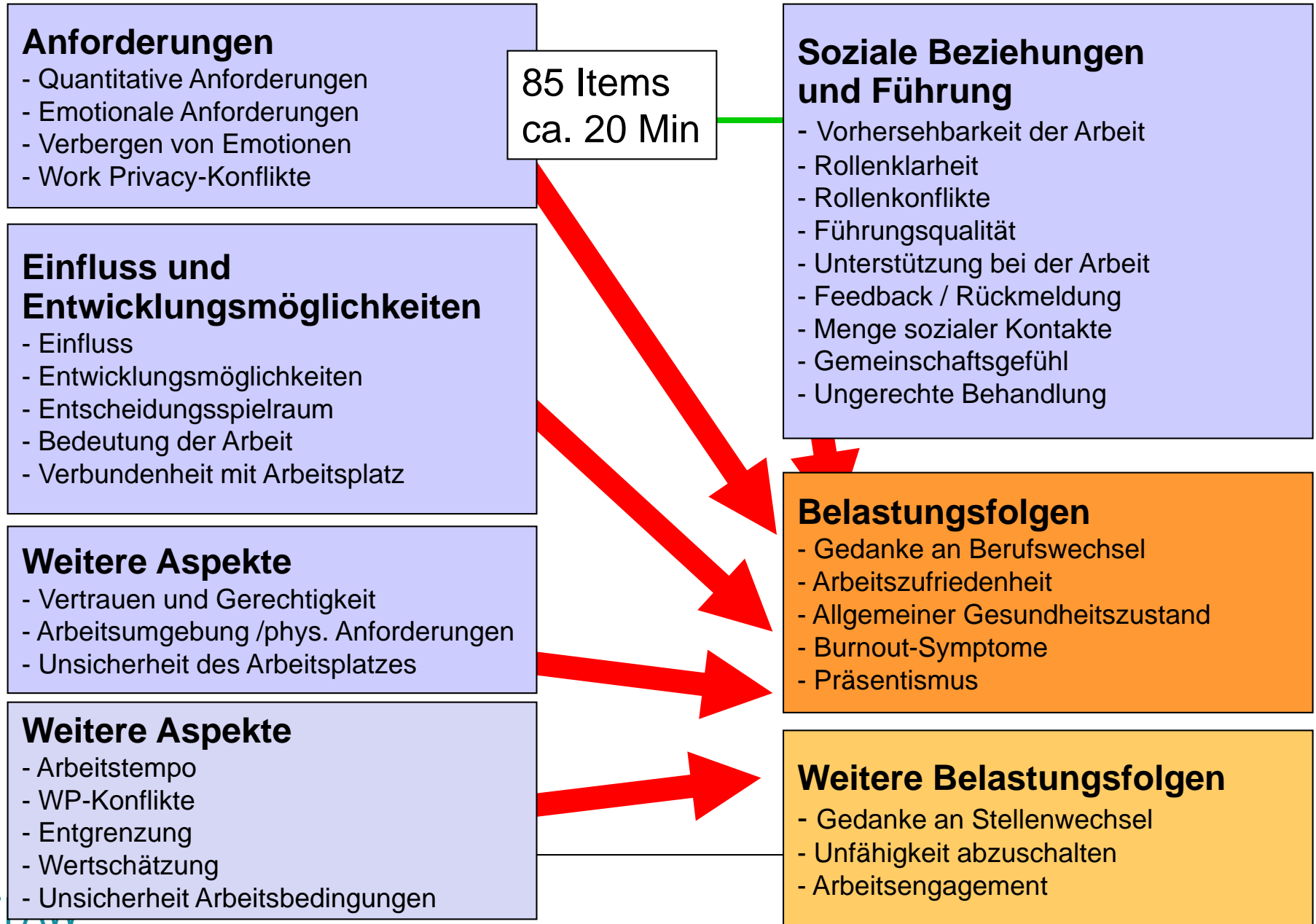
- www.copsoq.de

COPSOQ Fragebogen (dt. Standardversion)

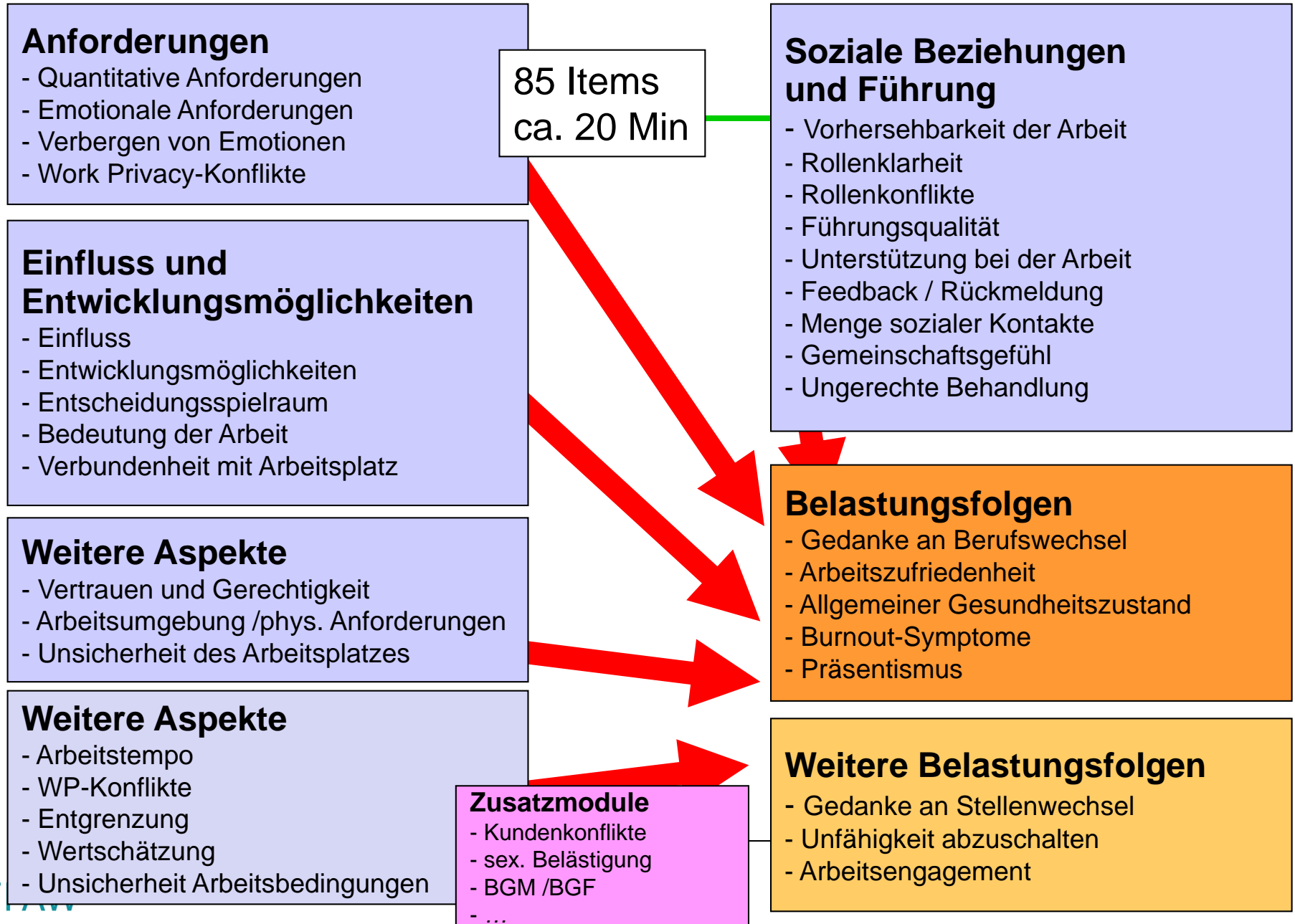


COPSOQ: „Theoriebasiert aber nicht auf EINER Theorie basierend“ (Kristensen 2005)

COPSOQ 3 Fragebogen (ab 2017)



COPSOQ 3 Fragebogen, Zusatzmodule



www.copsoq.de

Infos zu COPSOQ

Fragebögen download

Online Fragebogen

Infos zu Kooperationsmodell

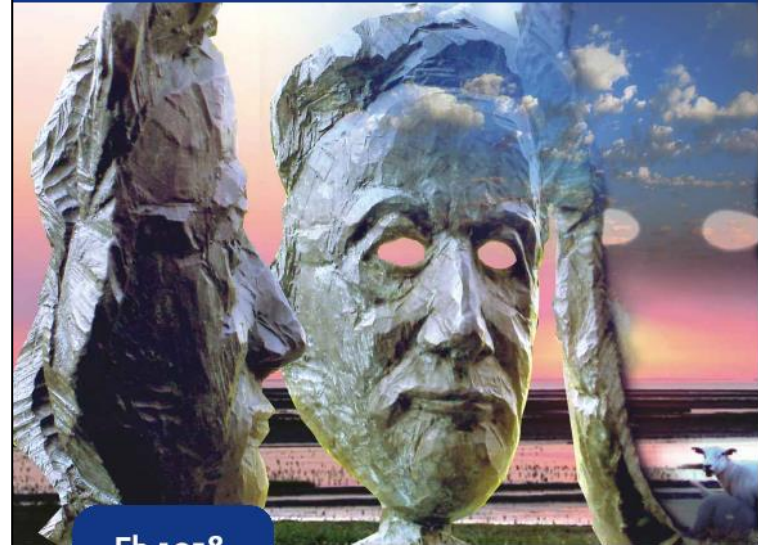
Download: Forschungsbericht

Fb 1058

Bestellung als Buch

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

b a u a :

III. Praxisteil: Direkt probieren

- Quantitative Anforderungen: B1_1, B1_3, B1_5
- Einfluss: B3_1, B3_2, B3_3
- Führungsqualität: B7_1, B7_2, B7_3, B7_4
- Burnoutsymptome: B13_1, B13_2, B13_3

Mal ausprobieren?

(gesamter FB www.copsoq.de)

Skala: „Quantitative Anforderungen“

	Immer (100)	oft (75)	manch- mal (50)	selten (25)	nie / fast nie (0)
1. Müssen Sie sehr schnell arbeiten?					
2. Wie oft kommt es vor, dass Sie nicht genügend Zeit haben, alle Ihre Aufgaben zu erledigen?					
3. Müssen Sie Überstunden machen?					

Skala = Durchschnitt

Skala „Einfluss auf die Arbeit“

	Immer (100)	oft (75)	manch- mal (50)	selten (25)	nie / fast nie (0)
1. Haben Sie großen Einfluss auf Entscheidungen, die Ihre Arbeit betreffen?					
2. Haben Sie Einfluss auf die Menge der Arbeit, die Ihnen übertragen wird?					
3. Haben Sie Einfluss darauf, was Sie bei Ihrer Arbeit tun?					

Skala „Führungsqualität“

Bitte schätzen Sie ein, inwieweit Ihr direkter Vorgesetzter/ Ihre direkte Vorgesetzte...	in sehr hohem Maß (100)	in hohem Maß (75)	teils - teils (50)	in geringem Maß (25)	in sehr geringem Maß (0)
1. ... für gute Entwicklungsmöglichkeiten der Mitarbeiter/innen sorgt?					
2. ... der Arbeitszufriedenheit einen hohen Stellenwert beimisst?					
3. ... die Arbeit gut plant?					
4. ... Konflikte gut löst?					

+ zusätzliche Antwortoption: „habe keine/n VG“

Copenhagen Burnout inventory (CBI), Skala „Personal burnout“

	Immer (100)	oft (75)	manch- mal (50)	selten (25)	nie / fast nie (0)
1. Wie häufig sind Sie körperlich erschöpft?					
2. Wie häufig sind Sie emotional erschöpft?					
3. Wie häufig denken Sie: „Ich kann nicht mehr“?					

Datenbank, deutsche Durchschnittswerte

- Individuelle Werte ausrechnen
- Gruppenwerte ausrechnen
- Vergleich mit Datenbank:
 - Quantitative Anforderungen: 56 Punkte
 - Einfluss: 42 Punkte
 - Führungsqualität: 51 Punkte
 - Burnoutsymptome: 48 Punkte

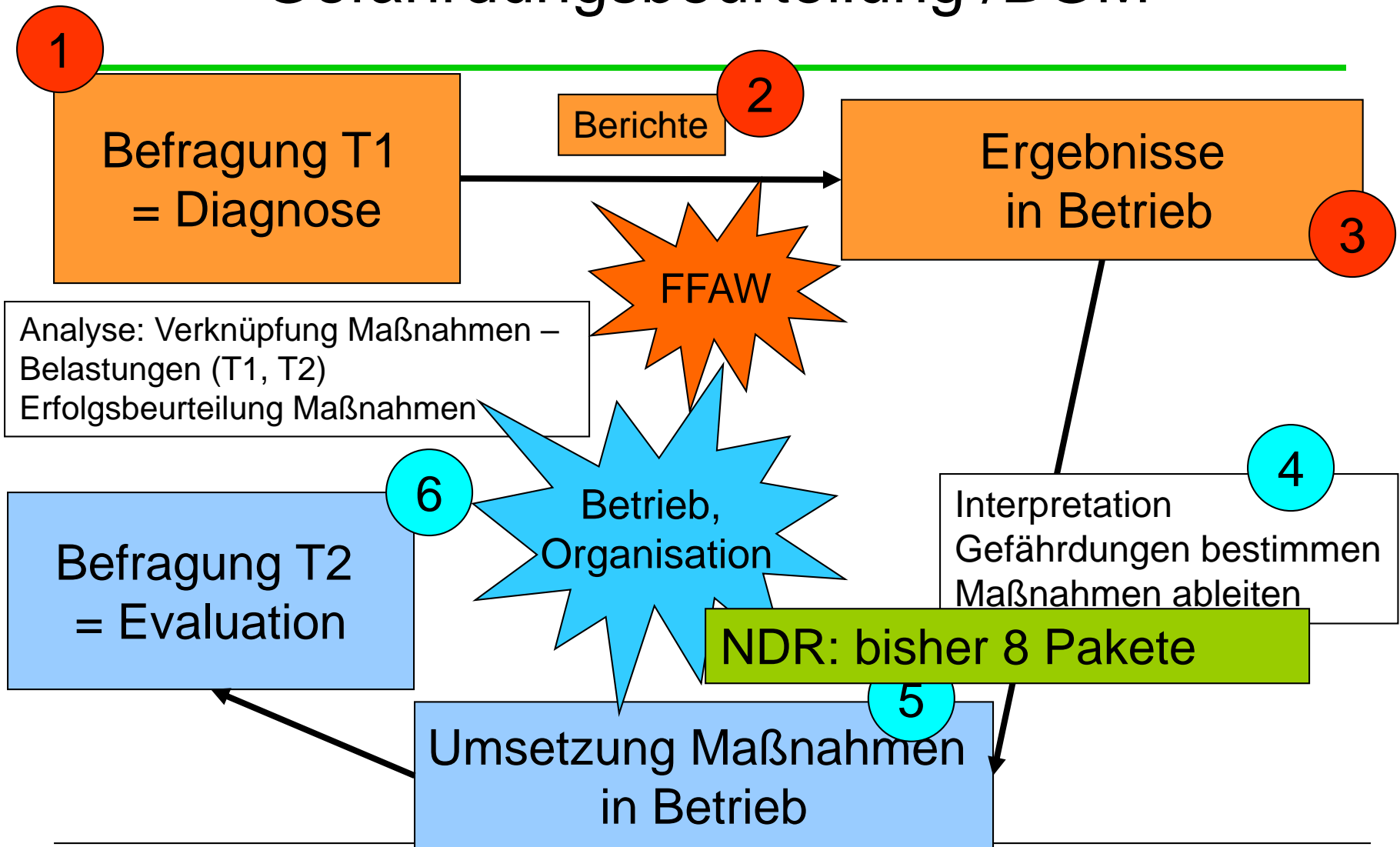
Praktische Anwendung

IV. Praktische Anwendung im Betrieb,

COPSOQ in Gefährdungsbeurteilung /

BGM

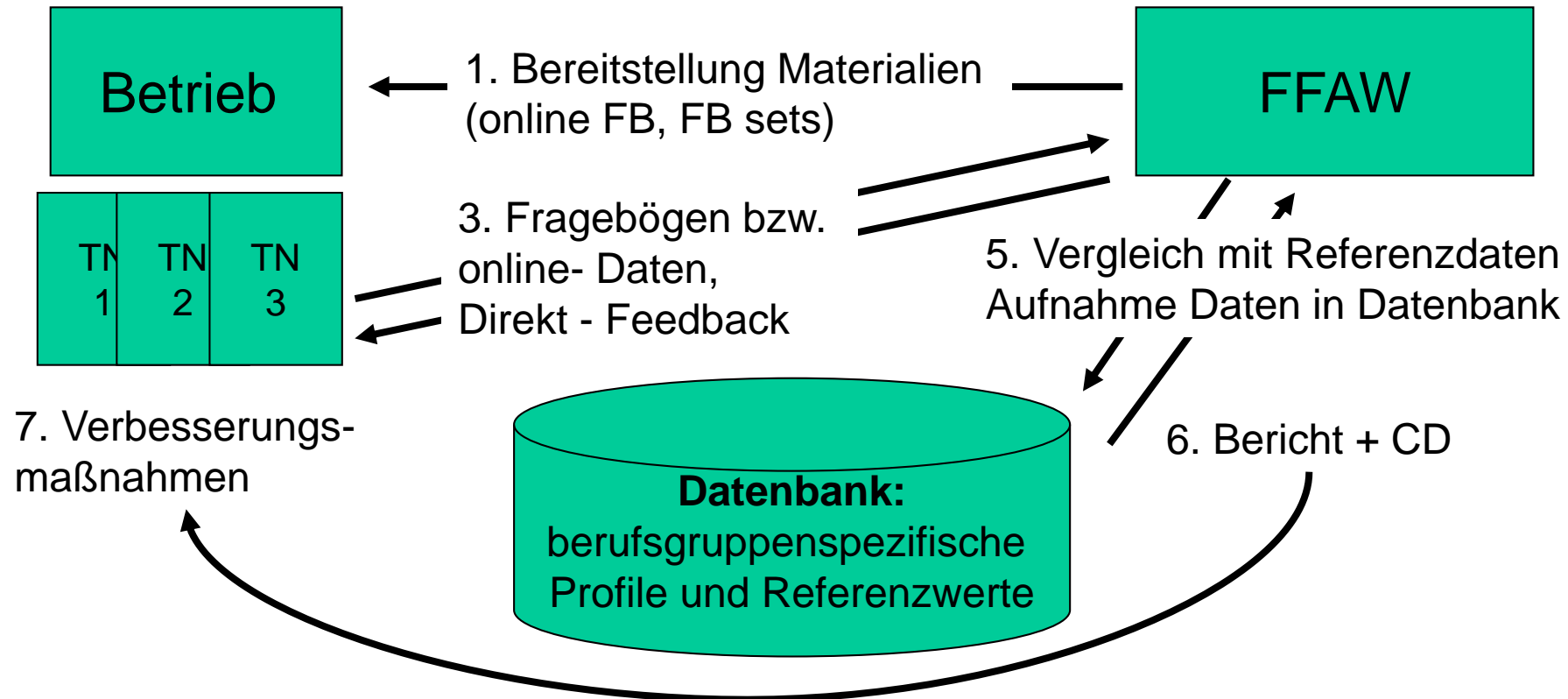
1. Messung als 1. Schritt Gefährdungsbeurteilung /BGM



Messung: Kooperationsmodell Praxis (Betriebe) – Wissenschaft (FFAW)

2. Durchführung MAB

4. Datenanalyse



Vorbereitung

- Zusammenstellung Fragebogen
 - Module (Teil A1-A6 fest (ggfs. ohne Darstellung im Betriebsbericht, Teil B COPSOQ-Standard fest!))
 - Zusatzfragen (FFAW Module frei, Zusätze Teil A frei)
 - Definition Untereinheiten
 - A1: Standorte, Abteilungen, A4: Berufsgruppen
 - Mindestfallzahl (idR $n \geq 5$); später evtl. zusammenfassen
 - Paper & pencil oder online
 - Direktfeedback nur bei online
 - AV-Dokument (DSGVO-Datenschutz) unterschreiben
-

Start

– Infoblatt

- Betrieb (oder in Sammelemail) **Vorlagen vorhanden**
- FFAW (oder auf Startseite)

– Mitteilung:

- Erhebungszeitraum (3 + 1 Wochen)
- Evtl: Login, Passwort

– Freischaltung Online-Fragebogen bzw. Ausgabe Papierbögen (mit Rückumschlag an FFAW)

- Eigene Webseite für jeden Betrieb

Online Fragebogen

betriebxxx.copsoq.de

atei Bearbeiten Ansicht Chronik Lesezeichen Extras Hilfe

Mitarbeiterbefragung zu ... X Mitarbeiterbefragung zu ... X +

https:// **Betrieb xxx** Suchen

COPSOQ

Mitarbeiterbefragung zu psychosozialen Belastungen am Arbeitsplatz

Betrieb xxx

[start](#)
[datenschutz](#)
[impressum](#)
[kontakt](#)
[login](#)

Mitarbeiterbefragung zu psychosozialen Faktoren am Arbeitsplatz,

Betrieb xxx

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.

Die Teilnahme an der Befragung ist **freiwillig**, alle Angaben werden **anonym** erhoben und extern bei der Freiburger Forschungsstelle für Arbeitswissenschaften - FFAW ausgewertet.

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**. Dadurch wird der Rückschluss auf einzelne Personen ausgeschlossen.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie an der Befragung teilnehmen. Das Ausfüllen dauert erfahrungsgemäß etwa 20 Minuten. Bitte füllen Sie den Fragebogen aus bis spätestens **14.04.2017**.

Vielen Dank!

[START](#)

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


Login


Mitarbeiterbefragung zu psychosozialen Faktoren am Arbeitsplatz -

copsoq.de

Mitarbeiterbefragung zu psychosozialen Belastungen am Arbeitsplatz
Orga-XXX 2010

Bitte geben Sie Benutzernamen und Passwort ein und klicken Sie auf Login!

Benutzername: 

Passwort: 

Generische oder personengenaue
Zugangsdaten?
email, Briefkuvert?

Fertig

Bsp: Individuelles Feedback (pers. Ergebnis)

- start
- datenschutz
- impressum
- kontakt
- login

COPSOQ Feedback

■ Ihre Werte
■ COPSOQ - Referenzwert

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme!

Für jeden der Aspekte.
Drucken oder Speichern.

Ihre individuellen Ergebnisse: 30.05.2017

Die COPSOQ-Referenzdatenbank umfasst die Angaben von mehr als 250.000 Befragten, die Durchschnittswerten einer repräsentativ gewichteten Stichprobe aus unterschiedlichen Betrieben verglichen.

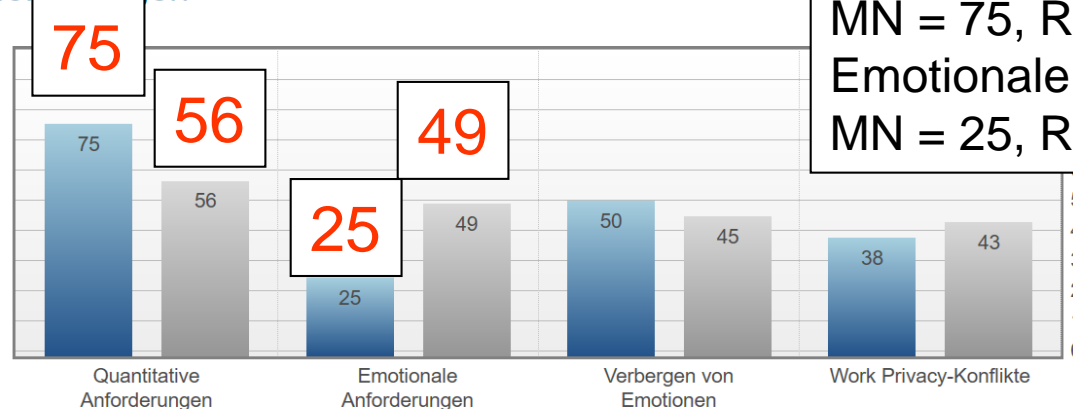
Bitte beachten Sie, dass einige Skalen positiv gepolt sind und einige negativ. So ist ein hoher Wert für z.B. die Skala "Einfluss" positiv zu bewerten, während ein hoher Wert für "Rollenkonflikt" ein negativer Befund ist.

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](#)

Anforderungen



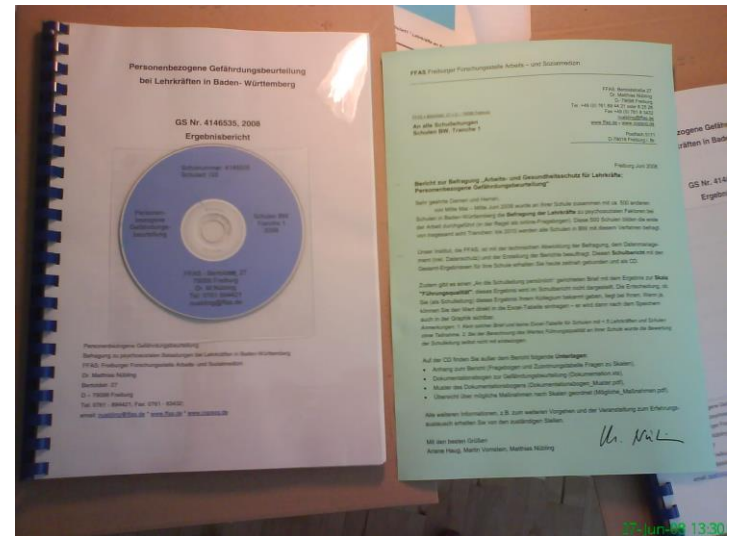
Quantitative Anforderungen
MN = 75, Referenz = 56
Emotionale Anforderungen
MN = 25, Referenz = 49

Einfluss und Entwicklungsmöglichkeiten

Bericht Betriebe (4 Wochen nach Ende)

– 1. Textteil:

- Hintergrund,
- Ziele,
- Durchführung,
- Interpretation wichtigste Ergebnisse



– 2. Doku Fragebogen COPSQQ

– 3. Doku Tabellen und Freitextanmerkungen

Auswertung, Berichte für Betriebe

- 4. Graphiken (je Skala, d.h. sets à 25 Graphiken)
 - Vergleich berufsgruppenspezifischen Referenzdaten (externer Vergleich)
- 5. Graphiken (je Skala)
 - Vergleich von Untereinheiten (interner Vergleich)



Vergleiche, warum?

„Vergleiche anzustellen ist ein gutes Mittel, um sich sein Glück zu vermiesen.“

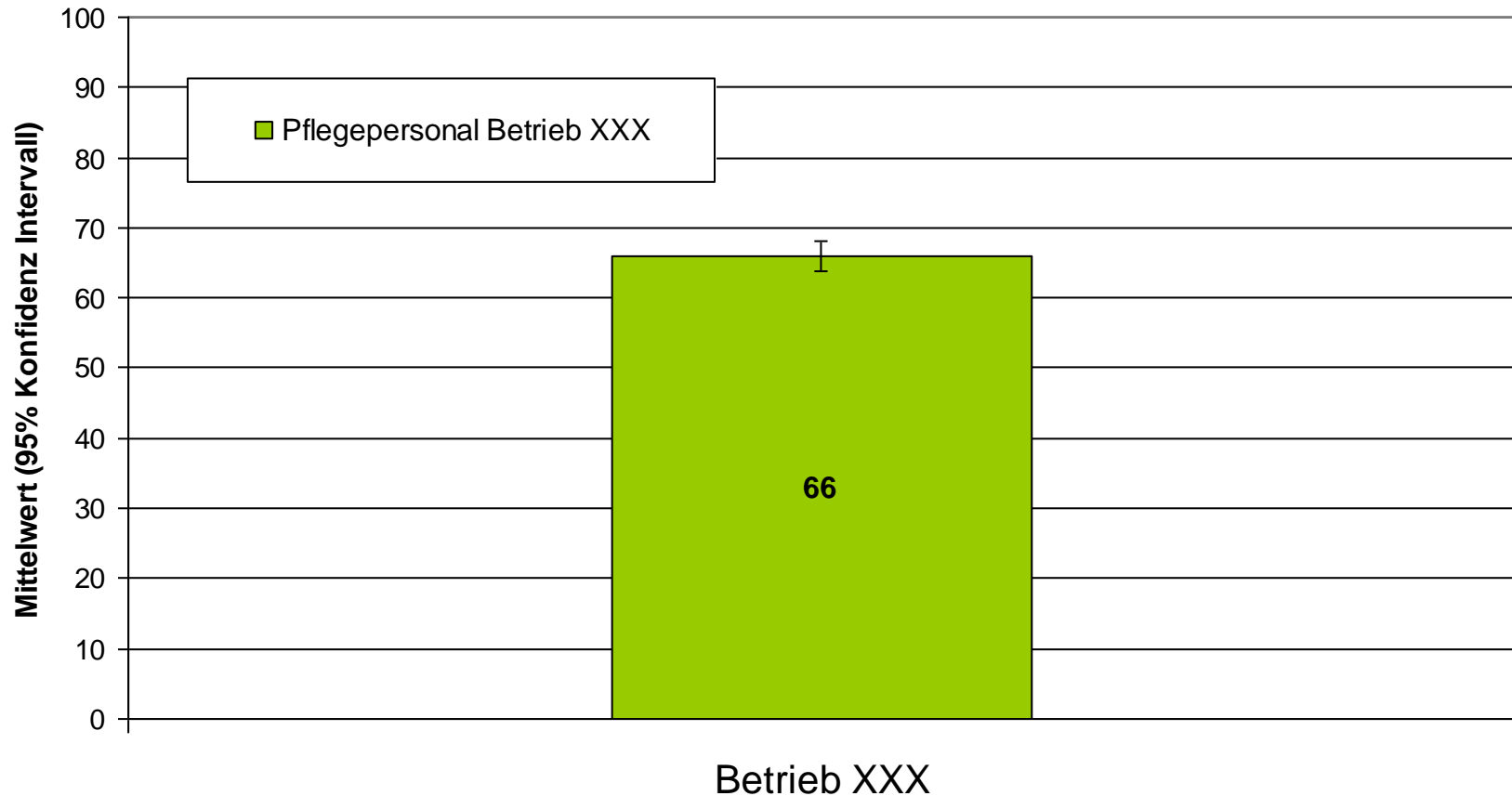
(F. Lelord: Hectors Reise oder die Suche nach dem Glück, Lektion Nr. 1)

Aber: keine cutoffs! - Vergleiche sind schlicht die beste Chance die wir haben.

Sie sind um so verlässlicher, je besser die Referenzdaten sind.

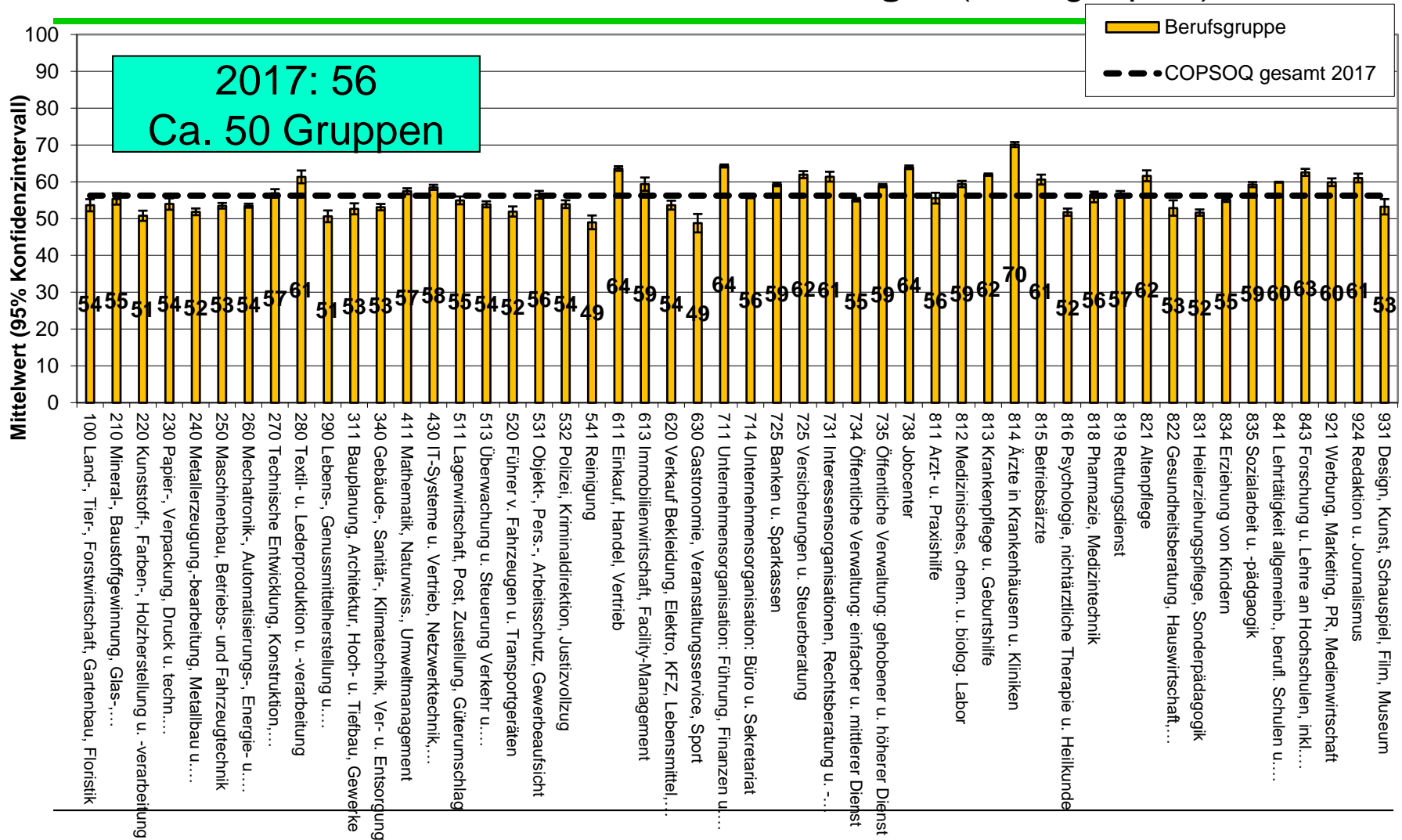
Was wäre ohne Vergleichswerte?

Skala: Quantitative Anforderungen

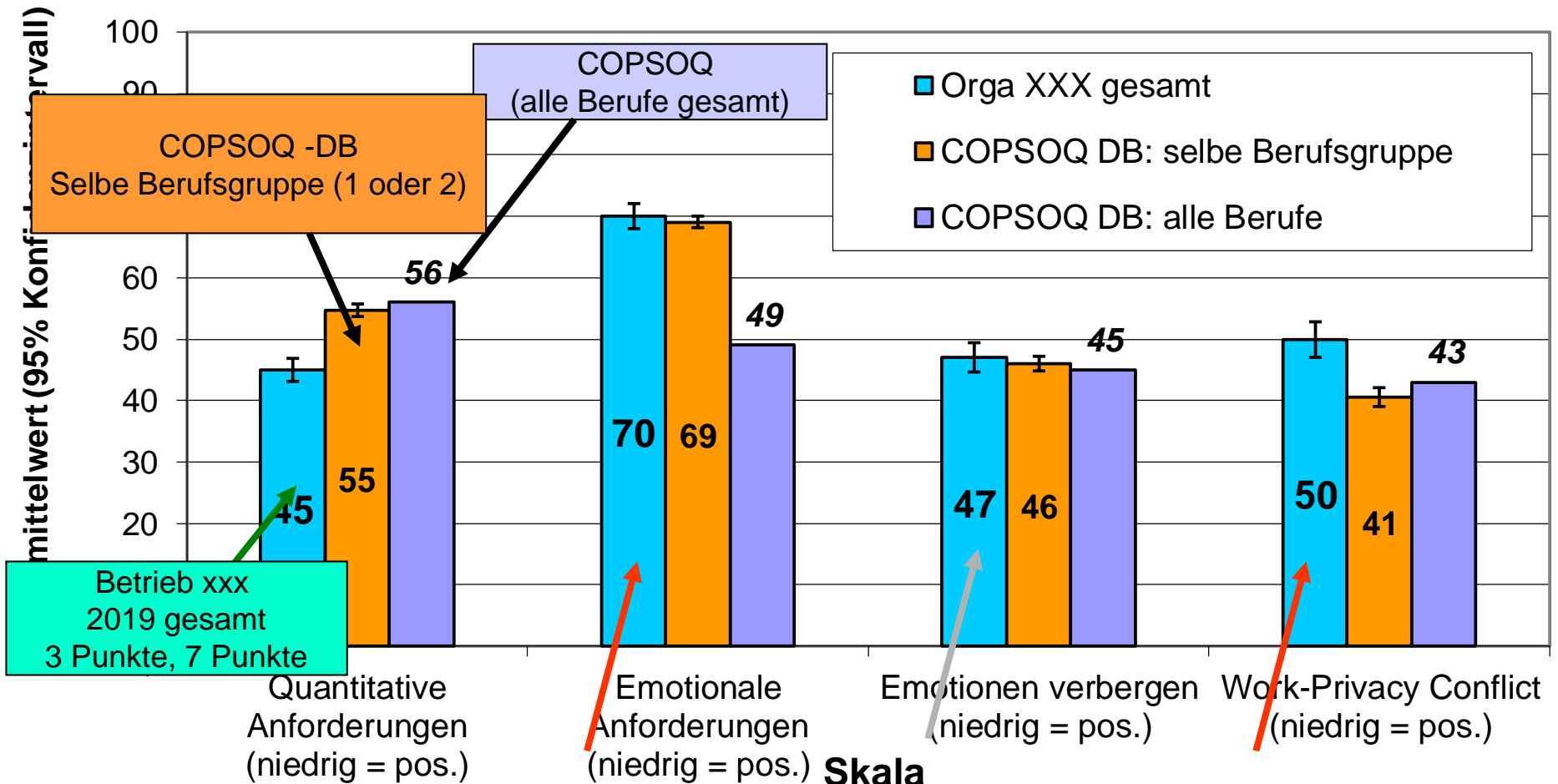


COPSOQ Datenbank: berufsgruppenspezifische Referenzdaten

Quantitative Anforderungen (niedrig = pos.)



Betriebsbericht Teil 4: Berufsgruppenvergleich (extern) Anforderungen: Gesamtwerte Skalen

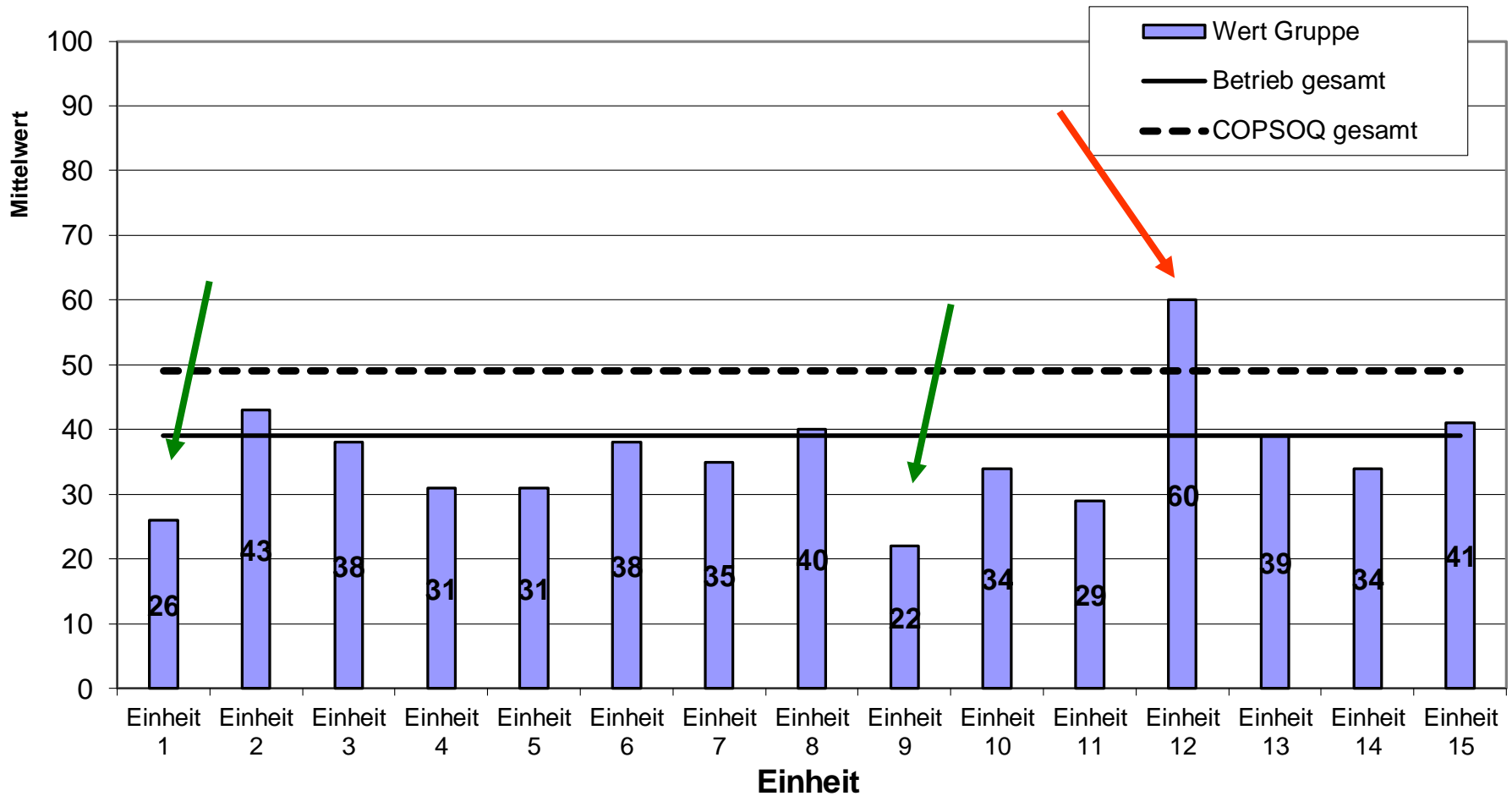


25 Aspekte im Standard-COPSOQ

- Analyse auf Ebene komplette Organisation
- Alle COPSOQ-Skalen
- Zusatzskalen / Aspekte
 - Kundenkontakt / Kundenkonflikt
 - BGM/BGF - Wünsche
 - Etc...
- Untergruppenanalyse (intern)
 - Standard: Alter, Geschlecht, Berufsgruppe, Vollzeit, Befristung, atypische Arbeitszeiten
 - Evtl. Weitere Demografie: Dienstalter, Beamte-Angestellte, etc...
 - Definition des Betriebes: Einheiten, Stationen, Abteilungen, Ämter

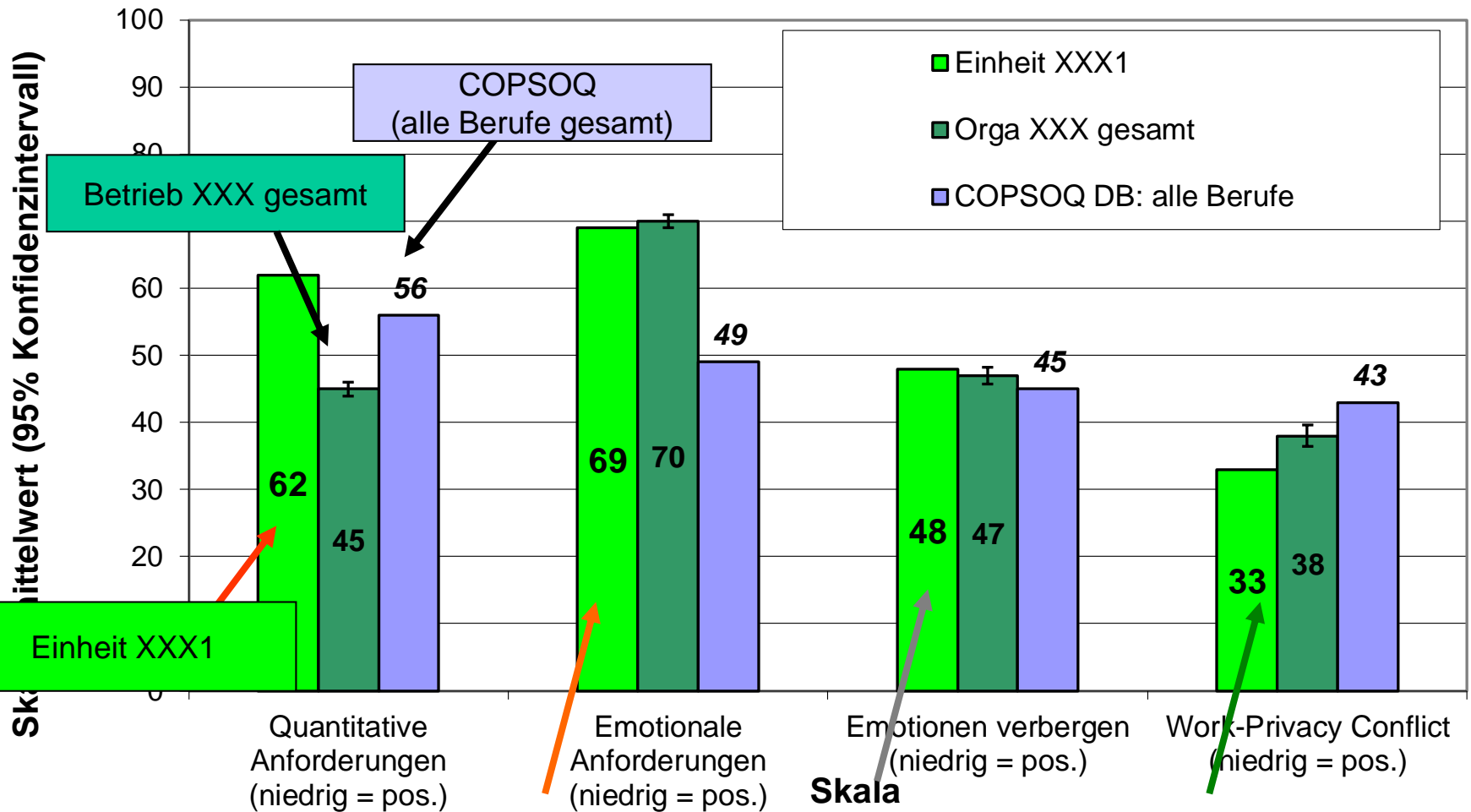
Betriebsbericht Teil 5: Interner Vergleich von Untereinheiten (15 Einheiten mit $N \geq 5$)

Skala: Emotionale Anforderungen (niedrig = positiv)



Zusatz: Bericht einzelne Einheit, interner Vergleich

Anforderungen: Gesamtwerte Skalen



Interpretation

- Rücklauf: unter 50%, > 50%, > 70%
- Vergleichswerte: Immer nur Relation, es gibt keine cutoffs / Automatismen
- Größte Unterschiede zuerst! (unter 3 Punkte: nix, 3-6 Differenz, 7+ starke Differenz)
- 1. Vergleich mit COPSQ gesamt (arbeitswissenschaftlicher Blick)
- 2. Vergleich mit Berufsgruppe (manchmal „schwacher Trost“, aber Hinweis auf das „Mögliche“ bzw. das leichter Erreichbare)
- 3. Untereinheiten (einheitenspezifische Maßnahmen)
- Bester Vergleich wären Vorgängerdaten

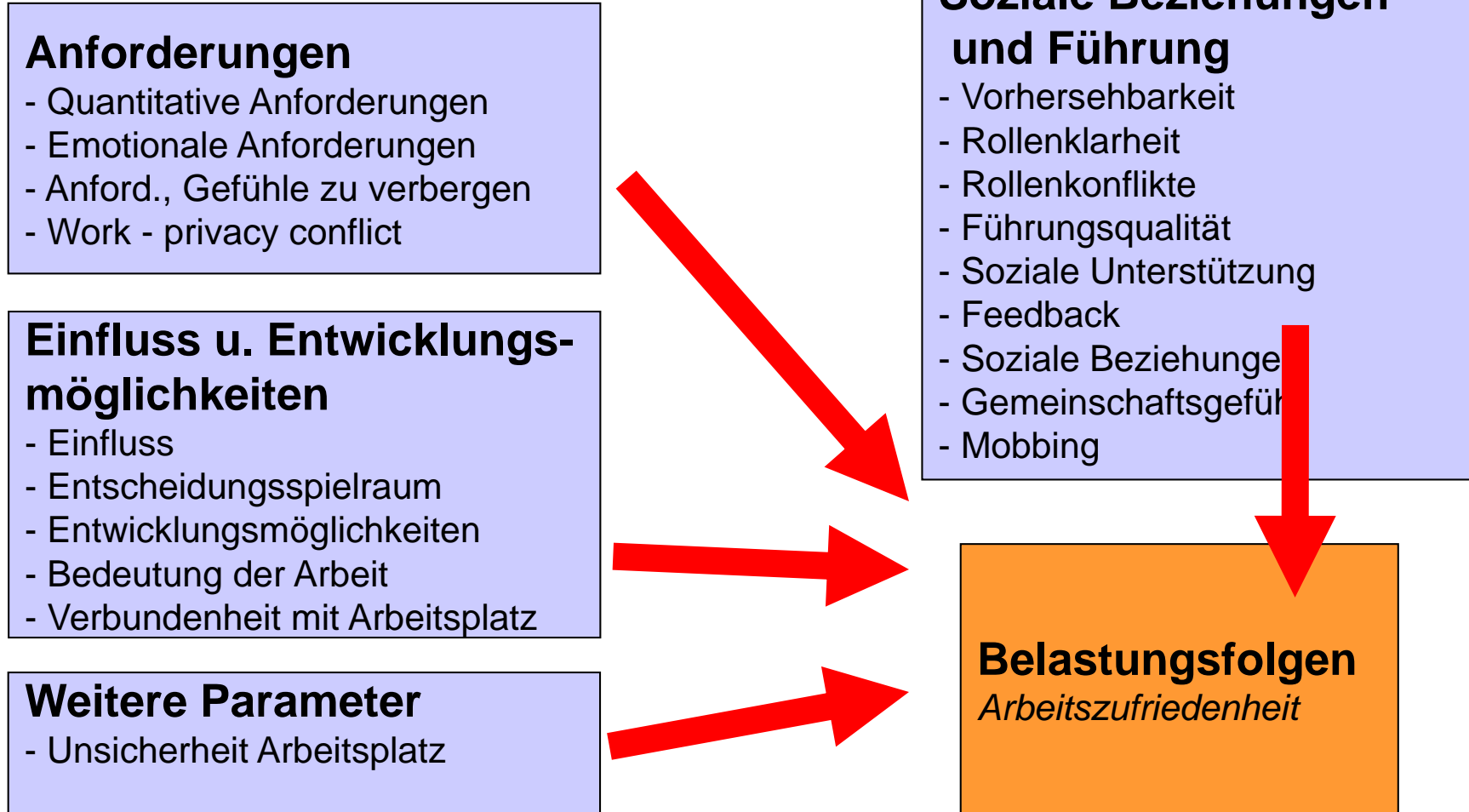
Priorisierung von Handlungsfeldern: Zusammenhangsanalysen

Zusammenhänge

- Belastungen – Beanspruchungen (COPSOQ intern)
- Wo kann Prävention sinnvoll ansetzen?
- Kritische und wichtige Aspekte.

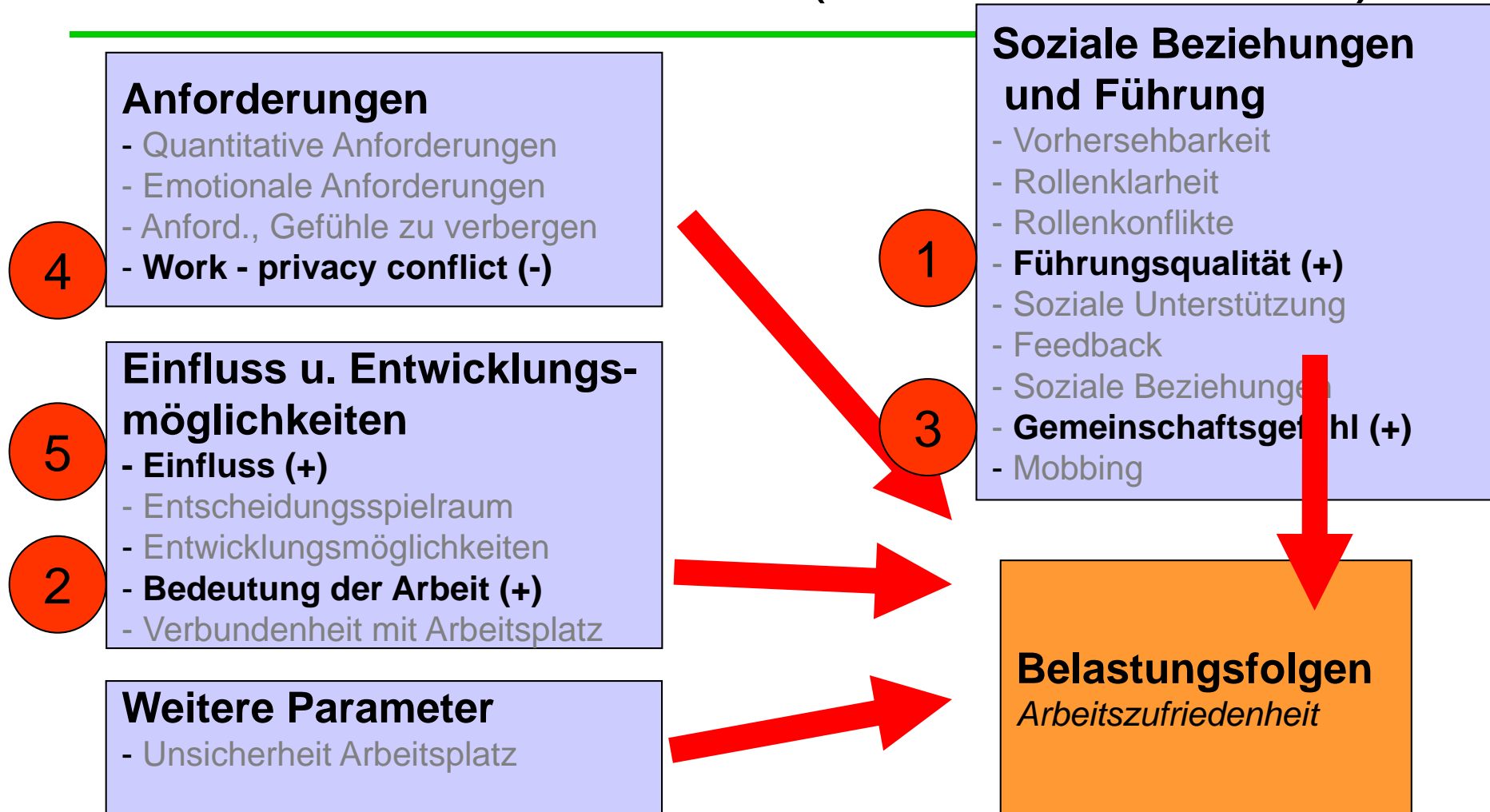
COPSOQ Datenbank gesamt

Modell: Arbeitszufriedenheit



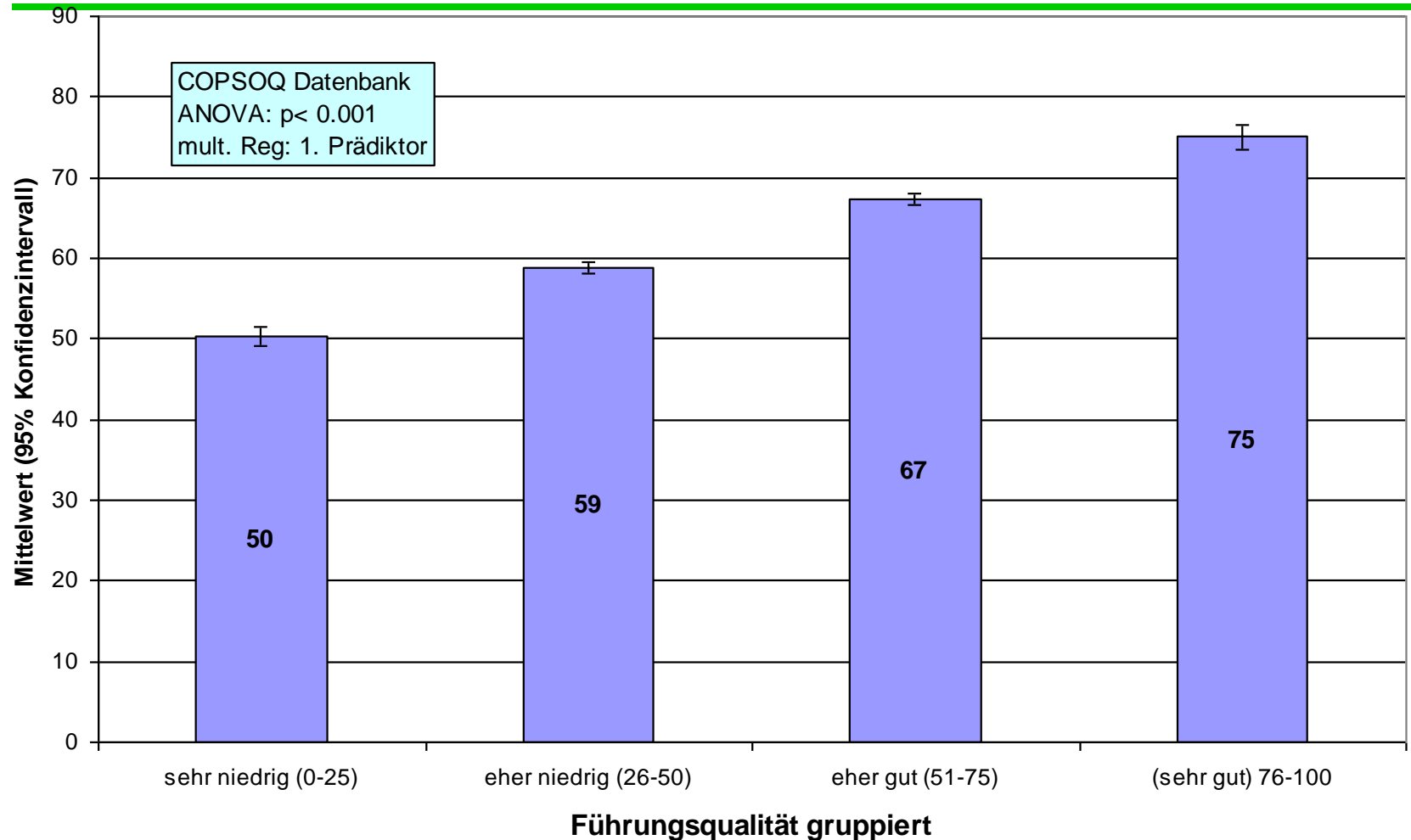
COPSOQ Datenbank gesamt

Arbeitszufriedenheit (best 5: $R^2=0.61$)



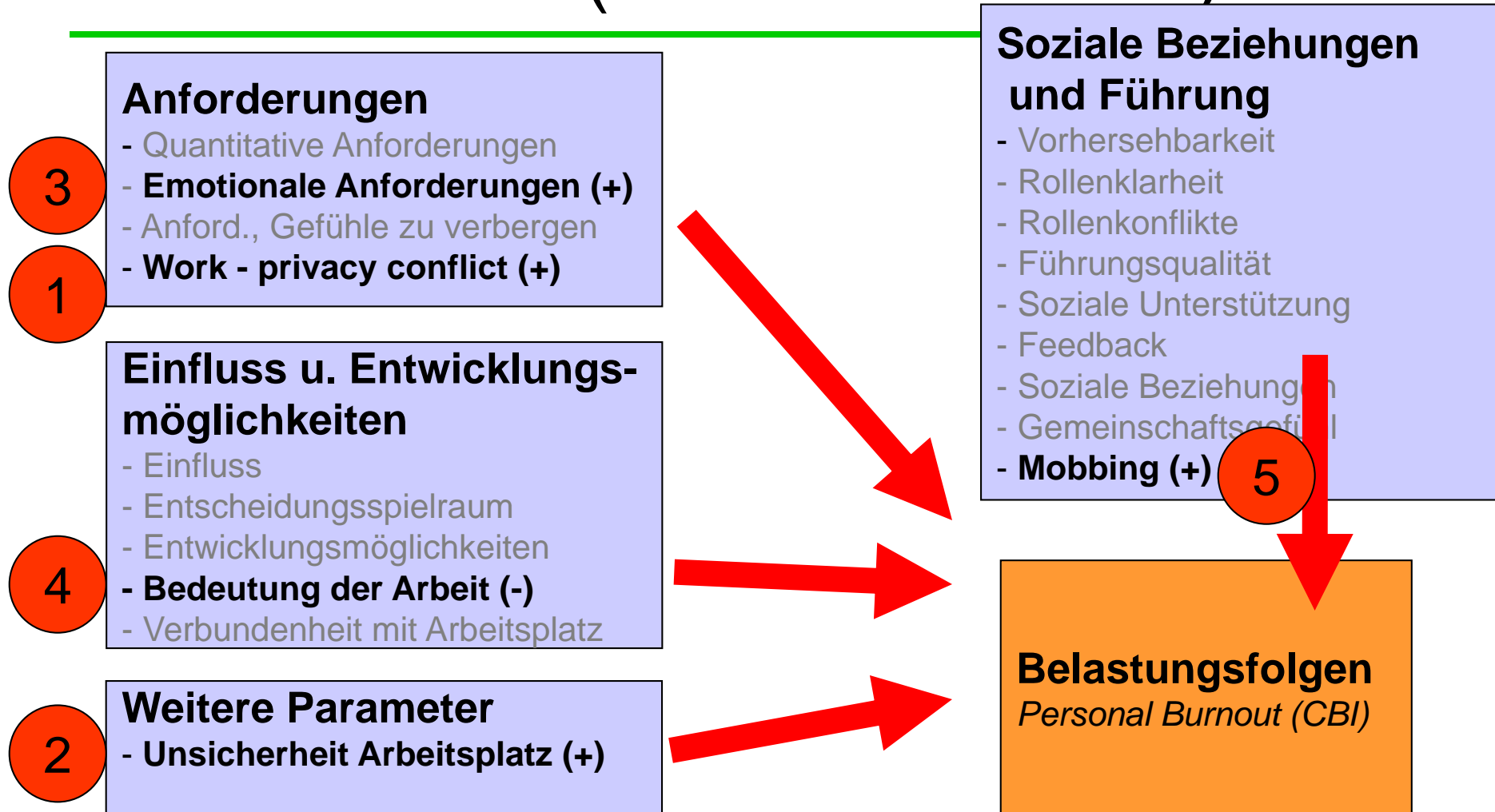
Führungsqualität und Arbeitszufriedenheit

Führungsqualität und Arbeitszufriedenheit



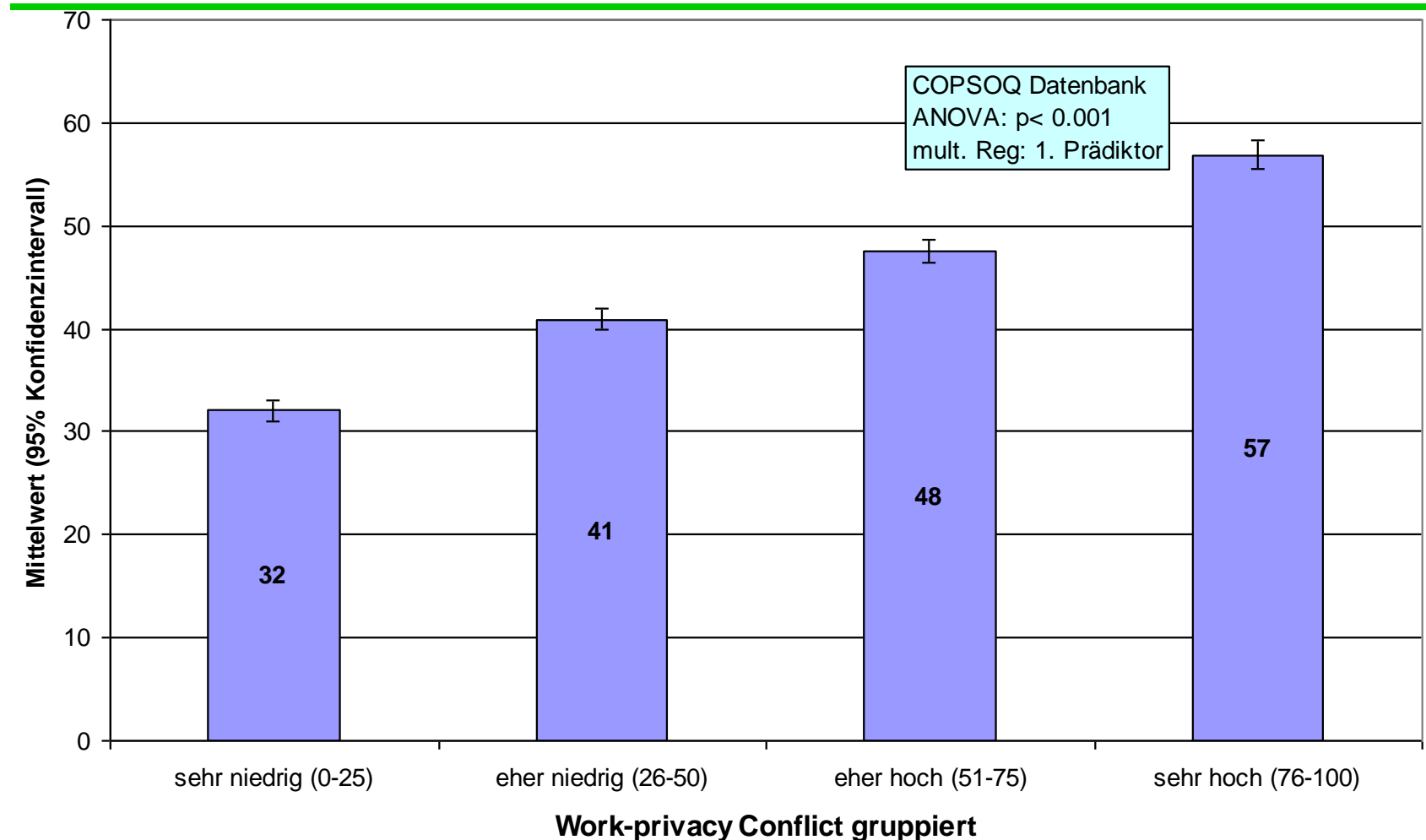
COPSOQ Datenbank gesamt

Burnout (best 5: $R^2=0.37$)



Work-privacy Conflict und Burnout

Work-privacy Conflict und Burnout (CBI)



Publikationen dazu

COPSOQ-Validierungsstudie FB1058, 2005

Nübling, Matthias, Ulrich Stößel, und Hans-Martin Hasselhorn. 2005. Methoden zur Erfassung psychischer Belastungen. Erprobung eines Messinstrumentes (COPSOQ); [Abschlussbericht zum Projekt "Methoden zur Erfassung psychischer Belastungen - Erprobung eines Messinstrumentes (COPSOQ)" - Projekt F 1885], Bd. 1058. Bremerhaven: Wirtschaftsverl. NW Verl. für Neue Wiss.

Gutenberg Health Study (GHS)

Nübling, Matthias, Andreas Seidler, Susan Garthus-Niegel, Ute Latza, Mandy Wagner, Janice Hegewald, Falk Liebers, Sylvia Jankowiak, Isabella Zwiener, Philipp Wild, und Stephan Letzel. 2013. The Gutenberg Health Study: measuring psychosocial factors at work and predicting health and work-related outcomes with the ERI and the COPSOQ questionnaire. BMC Public Health:1–13.

Job-Exposure-Matrix (JEM)

Nübling Matthias, Martin Vomstein, Ariane Haug, Hans-Joachim Lincke. 2017. Sind Referenzdaten der COPSOQ-Datenbank für eine JEM zu psychosozialen Arbeitsfaktoren geeignet? Zbl Arbeitsmed 67:151–154; p. 253–261.

-> Literaturliste: www.ffaw.de, www.copsoq-network.org (national bzw. international)

Zusammenfassung

IV. Zusammenfassung



Erledigt: 1. Messung mit Fragebogen

- 1. Schritt Gefährdungsbeurteilung / Einstieg BGM ist erledigt
- **Wiss. geprüftes, valides** Instrument (Screening, Stufe 2, ISO 10075-3).
- **Inhaltlich breite** Abdeckung des Themas bei **Kürze** Instrument
- Anhaltspunkte für Verbesserungen

Ablauf, Datenschutz

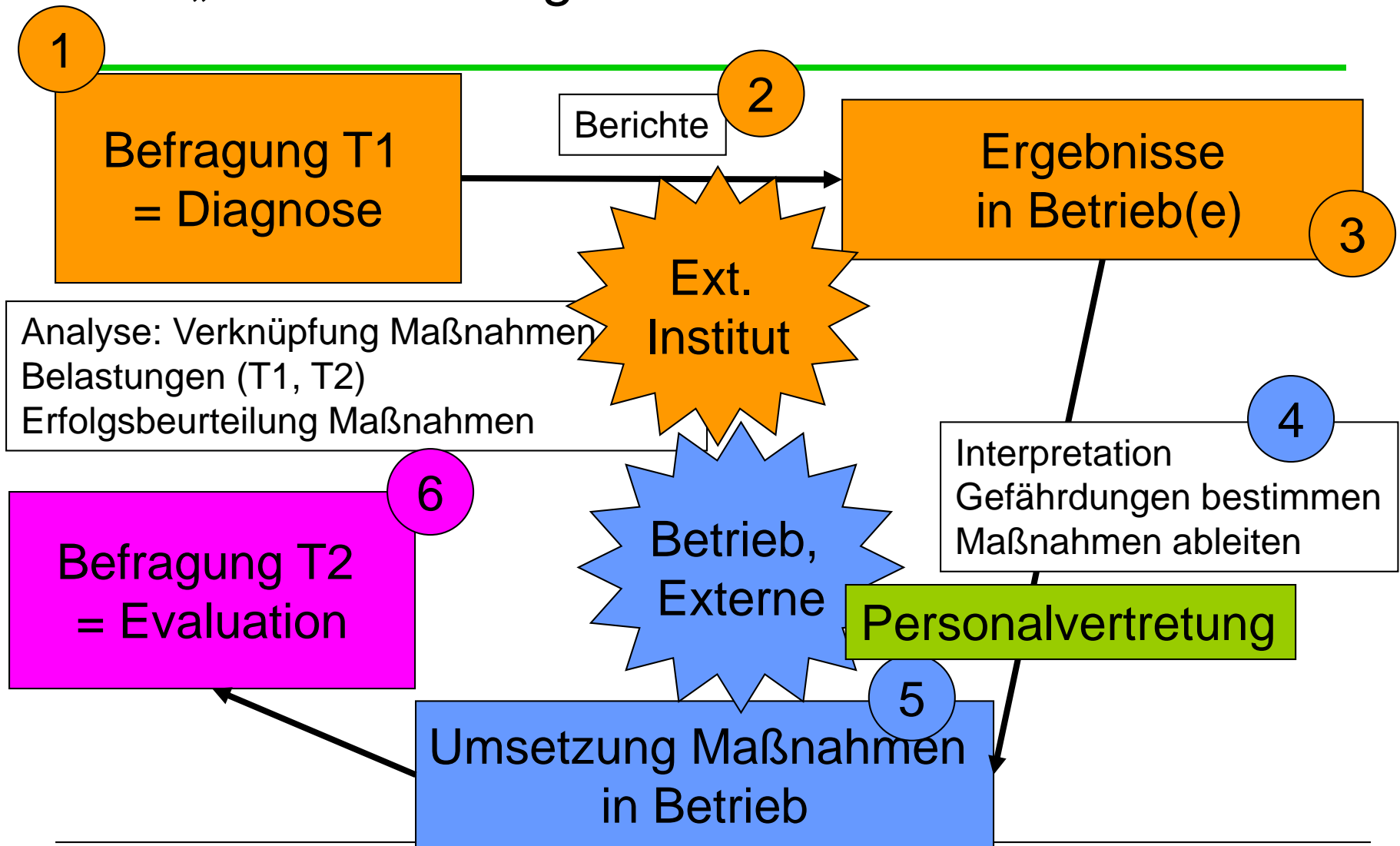
- **Alle** werden beteiligt.
- Komplette **anonymisiertes** Verfahren
- **Externe** Datenerhebung, Datenverwaltung und Auswertung
- **Wenig Aufwand** für Betrieb bei Messung
- **Anonymität: Daten extern und Ergebnisse nur für Gruppen**

Nach der Messung: Intervention + Evaluation

- **Bewertung Ergebnisse und Priorisierung Maßnahmen** (Gesundheitszirkel, ASA..., mit externer Unterstützung?! -> **Rolle der Personalvertretung**)
- **Umsetzung** Maßnahmen, Dokumentation
- **Evaluation** und Bewertung **Maßnahmen in 2. Messung**. Was war erfolgreich? Was ist erfolgversprechend?

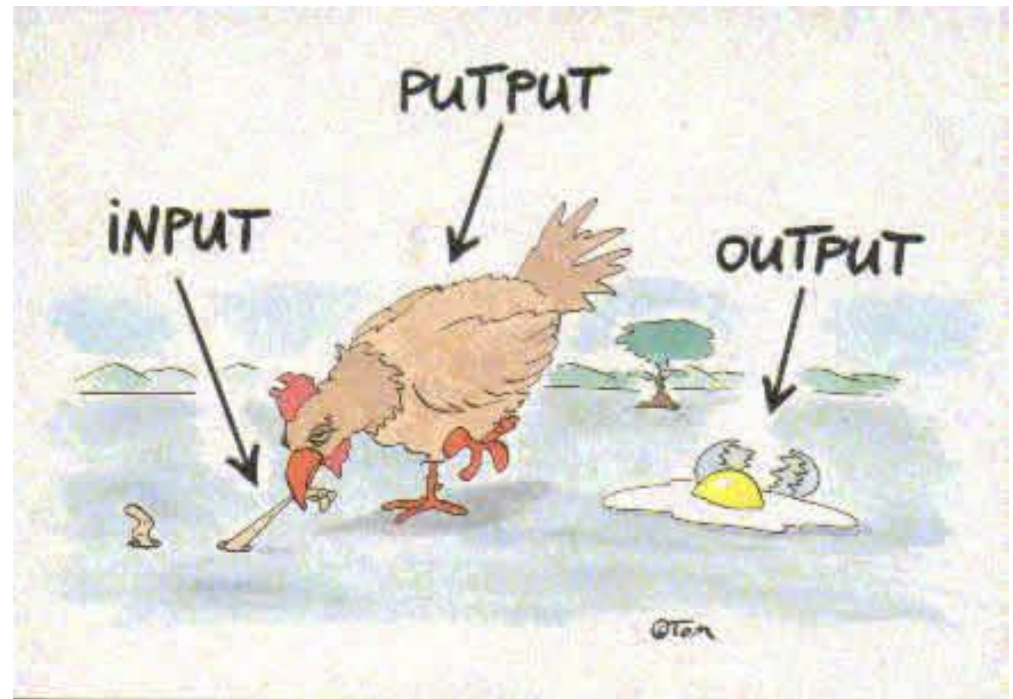
Gesamtprozess – Gefährdungsbeurteilung

„Nur vom Wiegen wird die Sau nicht fett“



Der Prozess in Kurzform... und Ende

nuebling@ffaw.de



www.ffaw.de

www.copsoq.de

www.copsoq-network.org