

STRESS – FRAGEBOGEN ZUR SELBSTAUSKUNFT

STRESSOREN*

Welche der folgenden Faktoren erleben Sie in Ihrem Arbeitsalltag als Belastung?

| | |
|---|--|
| Zeitdruck/ hohes Arbeitstempo | |
| Ungenauere Arbeitsaufträge und Vorgaben | |
| Konflikte mit Kollegen | |
| Häufige Arbeitsunterbrechungen | |
| Schichtdienst | |
| Ungerechtfertigte Kritik | |
| Fachliche Über-/ Unterforderung | |
| Personalmangel und/oder mangelnde Qualifikation des Personals | |
| Lärm (bspw. häufiges Telefonklingeln, Geräte, Patienten) | |
| Konflikte mit Vorgesetzten | |
| Einseitige Bewegungen und Körperhaltungen | |
| Doppelrolle Familie und Beruf | |
| Unbefriedigende Pausenregelung | |
| Hohe körperliche Belastungen (bspw. Bewegen von Lasten oder Patienten) | |
| Ungenügende Ausstattung mit Hilfsmitteln (bspw. Lift, höhenverstellbare Pflegebetten) | |
| Häufige berufsfremde Tätigkeiten (bspw. Administration, Dokumentation) | |
| Zu wenig Entscheidungsspielräume/ Verantwortungsbereiche | |
| Unzureichende Arbeitsorganisation/ Arbeitsabläufe | |
| Wenig Erfolgserlebnisse/ geringe öffentliche Anerkennung | |
| Körperliche Beschwerden (bspw. Rücken-, Kopfschmerzen) | |
| Hierarchische Strukturen | |
| Umgang mit Schwerkranken, Dementen, Sterbenden | |
| Schwierige Patienten, Kunden, Bewohner und/oder Angehörige | |
| Umgang mit Gefahrstoffen | |
| Nichtergonomische Arbeitsumgebung (bspw. enge Räume, enge Toiletten) | |

Quelle: bgw-online.de

*Sie können den ausgefüllten Fragebogen als Gesprächsgrundlage bei einer Fachkraft vorlegen, um das Ausmaß der Belastung, deren Sie ausgesetzt sind, schneller und einfacher bewerten zu können.