

Die Prüfliste Psychische Belastung



Bitte geben Sie für jede Frage an, ob das Merkmal auf Ihre Tätigkeit eher zutrifft oder eher nicht zutrifft. Beantworten Sie bitte alle Fragen und **machen Sie bitte bei jeder Frage genau ein Kreuz**. Nicht vollständig oder eindeutig ausgefüllte Fragebogen können leider nicht ausgewertet werden, sie werden aussortiert.

1.	Arbeitstätigkeit	Eher Ja	Eher Nein
1.1	Wird die auszuführende Arbeit von Ihnen selbst vorbereitet, organisiert und geprüft?	☐	☐
1.2	Ist Ihre Tätigkeit abwechslungsreich?	☐	☐
1.3	Haben Sie die Möglichkeit, eine wechselnde Körperhaltung einzunehmen und / oder ausreichende Bewegung am Arbeitsplatz?	☐	☐
1.4	Erhalten Sie ausreichende Informationen zum eigenen Arbeitsbereich?	☐	☐
1.5	Entspricht Ihre Qualifikation den Anforderungen, die durch die Tätigkeit gestellt werden?	☐	☐
1.6	Ist die Aufgabe / Tätigkeit frei von erhöhter Verletzungs- und Erkrankungsgefahr?	☐	☐
1.7	Ist Ihre Aufgabe / Tätigkeit frei von ungünstigen Arbeitsumgebungsbedingungen (zum Beispiel Lärm, Klima, Gerüche)?	☐	☐
1.8	Ist Ihre Aufgabe / Tätigkeit frei von erhöhten emotionalen Anforderungen (zum Beispiel im Publikumsverkehr)?	☐	☐
1.9	Haben Sie Einfluss auf die Zeiteinteilung Ihrer Arbeit (zum Beispiel Lage der Pausen, Arbeitstempo, Termine)?	☐	☐
1.10	Haben Sie Einfluss auf die Vorgehensweise bei Ihrer Arbeit (zum Beispiel Wahl der Arbeitsmittel / -methoden)?	☐	☐
1.11	Erhalten Sie ausreichend Informationen zur Entwicklung der Dienststelle / des Betriebes?	☐	☐

2.	Arbeitsorganisation	Eher Ja	Eher Nein
2.1	Ist ein kontinuierliches Arbeiten ohne häufige Störungen möglich?	☐	☐
2.2	Können Sie überwiegend ohne Zeit- bzw. Termindruck arbeiten?	☐	☐
2.3	Erhalten Sie ausreichende Rückmeldung (Anerkennung, Kritik, Beurteilung) über die eigene Leistung?	☐	☐
2.4	Gibt es für Sie klare Entscheidungsstrukturen?	☐	☐
2.5	Sind angeordnete Überstunden die Ausnahme?	☐	☐
2.6	Wird Ihnen im Falle von Überstunden zeitnah Freizeitausgleich gewährt?	☐	☐

3.	Soziales	Eher Ja	Eher Nein
3.1	Bietet Ihre Tätigkeit die Möglichkeit zur Zusammenarbeit mit Kolleginnen / Kollegen?	☐	☐
3.2	Besteht ein positives soziales Klima?	☐	☐