



**Clasen, J. (2019)**

## ISTA-F

**Instrument zur stressbezogenen Tätigkeitsanalyse bei Freelancern**

Schlagworte: Stressoren, Ressourcen, Anforderungsanalyse

**Zitiermöglichkeit:** Clasen, J. (2019). ISTA-F. Instrument zur stressbezogenen Tätigkeitsanalyse bei Freelancern [Verfahrensdokumentation aus PSYNDEX Tests-Nr. 9007847 und Fragebogen]. In Leibniz-Zentrum für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID) (Hrsg.), Testarchiv. Trier: ZPID.  
**<https://doi.org/10.23668/psycharchives.2668>**

Alle Informationen und Materialien zu dem Verfahren finden Sie unter:  
**<https://www.testarchiv.eu/de/test/9007847>**

### Verpflichtungserklärung

Bei dem Testverfahren handelt es sich um ein Forschungsinstrument, das der Forschung, Lehre und Praxis dient. Es wird vom Testarchiv online und kostenlos zur Verfügung gestellt und ist urheberrechtlich geschützt, d. h. das Urheberrecht liegt weiterhin bei dem/den Autor/en. Mit der Nutzung des Verfahrens verpflichte ich mich, die Bedingungen der Creative Commons Lizenz CC BY-SA 4.0 zu beachten. Ich werde nach Abschluss meiner mit dem Verfahren zusammenhängenden Arbeiten mittels des *Rückmeldeformulars* die Testautor/Innen über den Einsatz des Verfahrens und den damit erzielten Ergebnissen informieren.



<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

### Terms of use:

*The test instrument is a research instrument that serves research, teaching and practice. It is made available online and free of charge by the test archive and is protected by copyright, i.e. the copyright remains with the author(s). By using this test, I agree to abide by the terms of the Creative Commons License CC BY-SA 4.0. I will provide feedback to the test author(s) on the use of the measure and the results obtained after completion of my work related to the test.*

## Teil 1

Im Folgenden werden einige Fragen zu Ihrer selbstständigen Arbeitstätigkeit gestellt. Bitte kreuzen Sie das für Sie bzw. Ihre Arbeit Zutreffende an oder tragen Sie die erbetenen Angaben in die dafür vorgesehen Felder ein.

<b>SD1</b>	Wie viel <b>Prozent Ihres Gesamteinkommens</b> bestreiten Sie durch Ihre selbstständige Tätigkeit?	_____ %
<b>SD2</b>	Beschäftigen Sie dauerhaft sozialversicherungspflichtige <b>Mitarbeiter</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> ja (2) <input type="checkbox"/> nein
<b>SD11</b>	In welchem <b>Beruf</b> arbeiten Sie <b>überwiegend</b> ?	
<b>SD14</b>	Was für <b>Aufträge</b> bearbeiten Sie typischerweise? Bitte beschreiben Sie kurz, welcher Art Ihre Aufträge sind (z. B. Kommunikationstrainings, Artikel für Frauenzeitschriften etc.	
<b>SD10</b>	In welcher <b>Organisationsform</b> arbeiten Sie?	(1) <input type="checkbox"/> solo-selbstständig, überwiegend alleine arbeitend (2) <input type="checkbox"/> solo-selbstständig, überwiegend mit Kooperationspartner(inne)n arbeitend (Netzwerk o. ä.) (3) <input type="checkbox"/> GmbH, Verein, Stiftung o. ä.
<b>T1</b>	Wie viel Prozent Ihrer Arbeitszeit nehmen die folgenden <b>Aufgaben</b> ein?  <i>Achten Sie bitte darauf, dass Ihre Angaben sich zu 100% addieren!</i>	_____ % Akquise & Kundenkommunikation (inkl. Angebotserstellung) _____ % Auftragsbearbeitung (inkl. Vorbereitung, Planung, Abstimmung) _____ % Auftragsmanagement / Verwaltung (inkl. Korrespondenz, Finanzen ...) _____ % Fortbildung
<b>T5</b>	<b>Wo</b> verbringen Sie wie viel Prozent Ihrer <b>Arbeitszeit</b> ?  <i>Achten Sie bitte darauf, dass Ihre Angaben sich zu 100% addieren!</i>	_____ % zu Hause / im eigenen Büro _____ % in einer Bürogemeinschaft _____ % bei Kunden / Auftraggebern _____ % an anderen Orten
<b>AE1</b>	An wie vielen <b>Tagen</b> arbeiten Sie pro Arbeitswoche meistens für Ihre selbstständige Tätigkeit?	an _____ Tagen / Arbeitswoche
<b>AE2</b>	Wie viele <b>Stunden</b> arbeiten Sie durchschnittlich pro Arbeitswoche für Ihre selbstständige Tätigkeit?	_____ Stunden / Arbeitswoche
<b>AE4</b>	Wie viel <b>Urlaub</b> hatten Sie in den letzten 12 Monaten?  "Auftragslücken" zählen nicht als Urlaub!	_____ Wochen
<b>AE5</b>	Wie viele <b>Wochen</b> haben Sie insgesamt in den letzten 12 Monaten als Selbstständige/r gearbeitet?  52 Wochen (=12 Monate) minus Urlaubswochen minus der Phasen, in denen Sie keine Aufträge oder andere berufliche Aufgaben hatten.	_____ Wochen

## Teil 2

Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Fragen zu Ihren Auftraggebern.

<b>KU2</b>	Wie viele Ihrer Auftraggeber sind „Stammkunden“?	___ % meiner Auftraggeber
<b>KU3</b>	Wer sind Ihre <b>Auftraggeber</b> ? Bitte beschreiben Sie hier kurz, für welche Art von Auftraggeber Sie arbeiten (z. B. Werbe- oder PR-Agenturen, Redaktionen, Großkonzerne, mittelständische Unternehmen, Privatwirtschaft oder öffentlicher Dienst ...)	

Bei den nächsten Fragen geht es um den Kontakt mit Ihren Auftraggebern (bzw. den Kontaktpersonen im Auftraggeber-Unternehmen). Bitte schätzen Sie ein, wie Ihre Auftraggeber sind!

	<b>Ich habe mit Auftraggebern zu tun, ...</b>	
<b>SK5</b>	... die unfreundlich sind.	(1) <input type="checkbox"/> trifft für 0% der Auftraggeber zu (2) <input type="checkbox"/> trifft für 25% der Auftraggeber zu (3) <input type="checkbox"/> trifft für 50 % der Auftraggeber zu (4) <input type="checkbox"/> trifft für 75% der Auftraggeber zu (5) <input type="checkbox"/> trifft für 100% der Auftraggeber zu
<b>SK6</b>	... die meine Arbeit behindern.	(1) <input type="checkbox"/> trifft für 0% der Auftraggeber zu (2) <input type="checkbox"/> trifft für 25% der Auftraggeber zu (3) <input type="checkbox"/> trifft für 50 % der Auftraggeber zu (4) <input type="checkbox"/> trifft für 75% der Auftraggeber zu (5) <input type="checkbox"/> trifft für 100% der Auftraggeber zu
<b>SK11</b>	... die sich nicht beraten lassen wollen.	(1) <input type="checkbox"/> trifft für 0% der Auftraggeber zu (2) <input type="checkbox"/> trifft für 25% der Auftraggeber zu (3) <input type="checkbox"/> trifft für 50 % der Auftraggeber zu (4) <input type="checkbox"/> trifft für 75% der Auftraggeber zu (5) <input type="checkbox"/> trifft für 100% der Auftraggeber zu
<b>SK12</b>	... mit denen es Schwierigkeiten bei der Abstimmung gibt.	(1) <input type="checkbox"/> trifft für 0% der Auftraggeber zu (2) <input type="checkbox"/> trifft für 25% der Auftraggeber zu (3) <input type="checkbox"/> trifft für 50 % der Auftraggeber zu (4) <input type="checkbox"/> trifft für 75% der Auftraggeber zu (5) <input type="checkbox"/> trifft für 100% der Auftraggeber zu
<b>SK13</b>	... bei denen unklar ist, was sie von einem wollen.	(1) <input type="checkbox"/> trifft für 0% der Auftraggeber zu (2) <input type="checkbox"/> trifft für 25% der Auftraggeber zu (3) <input type="checkbox"/> trifft für 50 % der Auftraggeber zu (4) <input type="checkbox"/> trifft für 75% der Auftraggeber zu (5) <input type="checkbox"/> trifft für 100% der Auftraggeber zu
<b>SK14</b>	... die mir die Arbeit durch ihr Verhalten erschweren.	(1) <input type="checkbox"/> trifft für 0% der Auftraggeber zu (2) <input type="checkbox"/> trifft für 25% der Auftraggeber zu (3) <input type="checkbox"/> trifft für 50 % der Auftraggeber zu (4) <input type="checkbox"/> trifft für 75% der Auftraggeber zu (5) <input type="checkbox"/> trifft für 100% der Auftraggeber zu
<b>SK22</b>	... deren Wünsche widersprüchlich sind.	(1) <input type="checkbox"/> trifft für 0% der Auftraggeber zu (2) <input type="checkbox"/> trifft für 25% der Auftraggeber zu (3) <input type="checkbox"/> trifft für 50 % der Auftraggeber zu (4) <input type="checkbox"/> trifft für 75% der Auftraggeber zu (5) <input type="checkbox"/> trifft für 100% der Auftraggeber zu
<b>SK33</b>	... die überzogene Forderungen haben.	(1) <input type="checkbox"/> trifft für 0% der Auftraggeber zu (2) <input type="checkbox"/> trifft für 25% der Auftraggeber zu (3) <input type="checkbox"/> trifft für 50 % der Auftraggeber zu (4) <input type="checkbox"/> trifft für 75% der Auftraggeber zu (5) <input type="checkbox"/> trifft für 100% der Auftraggeber zu

## Teil 3

Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Fragen zu Ihrer Arbeit. Dabei geht es um die Arbeit an sich und nicht darum, wie Sie persönlich die Arbeit verrichten.

<b>UN1</b>	Wie oft erhalten Sie von Auftraggebern <b>unklare Aufträge</b> (Informationen, Vorgaben)?	(1) <input type="checkbox"/> bei ca. 0 % der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25 % der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge
<b>UN2</b>	Wie oft erhalten Sie von Auftraggebern <b>widersprüchliche Aufträge</b> (Informationen, Vorgaben)?	(1) <input type="checkbox"/> bei ca. 0 % der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25 % der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge
<b>UN3</b>	Wie oft kommt es vor, dass Sie bei Ihrer Arbeit <b>Entscheidungen</b> treffen müssen, <b>ohne ausreichende Informationen</b> zu haben?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Monat) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa ein x pro Woche) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)
<b>UN4</b>	Wie oft kommt es vor, dass Sie bei Ihrer Arbeit <b>Entscheidungen</b> treffen müssen, <b>ohne deren Folgen zu kennen</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Monat) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa ein x pro Woche) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)
<b>UN6</b>	Wie oft kommt es vor, dass Sie wegen <b>mangelnder Kenntnisse bzw. Erfahrungen</b> nicht wissen, wie Sie bei der Bearbeitung einer Aufgabe / eines Auftrags vorgehen sollen?	(1) <input type="checkbox"/> bei ca. 0 % der Aufgaben (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25 % der Aufgaben (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufgaben (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufgaben (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufgaben
<b>UN7</b>	Bei wie vielen Ihrer Buchungen / Optionen werden <b>Termine</b> vom Auftraggeber noch <b>offengehalten bzw. verschoben</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> bei ca. 0 % der Optionen (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25 % der Optionen (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Optionen (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Optionen (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Optionen
<b>UN8</b>	Wie viele Ihrer <b>Buchungen / Optionen</b> werden vor Auftragsbeginn wieder <b>storniert</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> ca. 0 % der Optionen (2) <input type="checkbox"/> ca. 10 % der Optionen (3) <input type="checkbox"/> ca. 25% der Optionen (4) <input type="checkbox"/> ca. 50% der Optionen (5) <input type="checkbox"/> mehr als 50% der Optionen
<b>UN9</b>	Wissen Sie bereits zu Beginn eines Auftrags, <b>wie der Auftrag sich gestalten wird</b> (inhaltlich und / oder zeitlich)?	(1) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 25 % der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 0 % der Aufträge

Die folgenden Fragen beziehen sich nur auf die Bearbeitung von Kunden-Aufträgen (inkl. Vorbereitung und Planung).

<b>ZD1</b>	Stehen Sie bei der Bearbeitung von Aufträgen <b>unter Zeitdruck</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Woche) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Tag) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Tag) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast ununterbrochen)
------------	---	--

<b>ZD3</b>	Wie häufig passiert es, dass Sie bei der Bearbeitung von Aufträgen <b>schneller arbeiten</b> , als Sie es normalerweise tun, um die Arbeit zu schaffen?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Woche) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Tag) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Tag) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast ununterbrochen)
<b>ZD5</b>	Wie oft kommt es bei der Bearbeitung von Aufträgen vor, dass Sie wegen zu viel Arbeit <b>keine Pause</b> machen können?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Monat) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa ein x pro Woche) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)
<b>ZD7</b>	Wie oft kommt es bei der Bearbeitung von Aufträgen vor, dass Sie wegen zu viel Arbeit <b>länger als geplant</b> arbeiten?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Monat) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa ein x pro Woche) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)

Die folgenden Fragen beziehen sich nur auf die Bearbeitung Ihrer sonstigen Aufgaben. Damit ist die Zeit gemeint, in der Sie nicht an Aufträgen arbeiten.

<b>ZD2</b>	Stehen Sie bei der Arbeit <b>unter Zeitdruck</b> , wenn Sie <b>nicht</b> an Aufträgen arbeiten?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Woche) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Tag) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Tag) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast ununterbrochen)
<b>ZD4</b>	Wie häufig passiert es, dass Sie <b>schneller arbeiten</b> , als Sie es normalerweise tun, um die Arbeit zu schaffen, wenn Sie <b>nicht</b> an Aufträgen arbeiten?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Woche) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Tag) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Tag) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast ununterbrochen)
<b>ZD6</b>	Wie oft kommt es vor, dass Sie wegen zu viel Arbeit <b>keine Pause</b> machen können, wenn Sie <b>nicht</b> an Aufträgen arbeiten?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Monat) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa ein x pro Woche) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)
<b>ZD8</b>	Wie oft kommt es vor, dass Sie wegen zu viel Arbeit <b>länger als geplant</b> arbeiten, wenn Sie <b>nicht</b> an Aufträgen arbeiten?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Monat) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa ein x pro Woche) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)

Die folgenden Fragen beziehen sich wieder auf Ihre gesamten Arbeitsaufgaben.

<b>HS1</b>	Wenn man Ihre Arbeit insgesamt betrachtet, wie viele <b>Möglichkeiten zu eigenen Entscheidungen</b> bietet Ihnen Ihre Arbeit?	(1) <input type="checkbox"/> sehr wenig (2) <input type="checkbox"/> ziemlich wenig (3) <input type="checkbox"/> etwas (4) <input type="checkbox"/> ziemlich viel (5) <input type="checkbox"/> sehr viel
<b>HS2</b>	Bei wie vielen Ihrer Aufträge können Sie <b>selbst</b> die Idee bzw. das Konzept <b>entwickeln</b> ?	(5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge
<b>HS3</b>	Bei wie vielen Ihrer Aufträge können Sie sich an der Ideen- bzw. Konzeptentwicklung <b>beteiligen</b> ?	(5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge

<b>HS4</b>	Bei wie vielen Ihrer Aufträge können Sie selbst das gesamte <b>Vorgehen</b> bei der Bearbeitung <b>bestimmen</b> (inhaltliche und zeitliche Auftragsplanung, Art und Weise der Ausführung) <b>ohne</b> dass Ihnen z. B. vom Auftraggeber ein Vorgehen vorgegeben wird?	(5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge
<b>ZS3</b>	Bei wie vielen Aufträgen können Sie die <b>Auftragstermine</b> (z. B. Lage des Start- bzw. Abgabetermins) <b>im Vorfeld beeinflussen</b> ?	(5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge
<b>ZS4</b>	Bei wie vielen Aufträgen können Sie <b>Deadlines / Abgabetermine</b> nachträglich <b>verschieben</b> ?	(5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge  (9) <input type="checkbox"/> Ich bearbeite keine längeren „Projekte“.
<b>ZS5</b>	Können Sie die <b>Dauer</b> Ihrer Projekte bzw. Jobs (Zeit, die Sie für die Auftragserledigung haben) <b>mitbestimmen</b> ?	(5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge

Bei den folgenden Fragen geht es weiterhin um die Arbeit an sich und nicht darum, wie Sie persönlich die Arbeit verrichten.

<b>AK1</b>	Wie oft müssen Sie bei Ihrer Arbeit sehr <b>komplizierte</b> Entscheidungen treffen?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten (etwa 1 x pro Jahr) (2) <input type="checkbox"/> selten (ein paar Mal pro Jahr) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Monat) (4) <input type="checkbox"/> oft (etwa 1 x pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)
<b>AK3</b>	Wie oft können Sie bei Ihrer Arbeit <b>Neues dazulernen</b> (fachlich)?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten (etwa 1 x pro Jahr) (2) <input type="checkbox"/> selten (ein paar Mal pro Jahr) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Monat) (4) <input type="checkbox"/> oft (etwa 1 x pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)
<b>AK7</b>	Wie oft muss man bei Ihrer Tätigkeit neue <b>Konzepte bzw. Ideen entwickeln</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten (etwa 1 x pro Jahr) (2) <input type="checkbox"/> selten (ein paar Mal pro Jahr) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Monat) (4) <input type="checkbox"/> oft (etwa 1 x pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (fast täglich)
<b>AK4</b>	Wie oft muss man bei Ihrer Arbeit aktiv seine <b>Arbeitsweise überprüfen</b> (z.B. weil etwas nicht optimal läuft)?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten (etwa 1 x pro Jahr) (2) <input type="checkbox"/> selten (ein paar Mal im Jahr) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Monat) (4) <input type="checkbox"/> oft (etwa 1 x pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (etwa 1 x pro Tag)
<b>AK5</b>	Wie oft muss man sich bei Ihrer Arbeit mit <b>aktuellen Informationen</b> (über Branche, Markt etc.) versorgen?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten (etwa 1 x pro Jahr) (2) <input type="checkbox"/> selten (ein paar Mal im Jahr) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Monat) (4) <input type="checkbox"/> oft (etwa 1 x pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (etwa 1 x pro Tag)
<b>AK2</b>	Wie viele Ihrer <b>Aufgaben / Aufträge</b> sind <b>besonders schwierig</b> ?	(5) <input type="checkbox"/> ca. 100% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> ca. 50% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> ca. 25% der Aufträge (1) <input type="checkbox"/> ca. 0% der Aufträge

<b>VA2</b>	Wie viele Ihrer Aufträge sind einander <b>inhaltlich / thematisch ähnlich</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> ca. 100% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> ca. 75% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> ca. 25% der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> ca. 0% der Aufträge
<b>VA1</b>	Die Arbeit von Person <b>A</b> beinhaltet <b>viele unterschiedliche</b> Aufgabenbereiche (Steuer, Marketing, Kundenprojekte ...).  Die Arbeit von Person <b>B</b> beinhaltet <b>wenig unterschiedliche</b> Aufgabenbereiche.	Ihre Arbeitssituation ist ...  (5) <input type="checkbox"/> genau wie die von A (4) <input type="checkbox"/> ähnlich wie die von A (3) <input type="checkbox"/> zwischen A und B (2) <input type="checkbox"/> ähnlich wie die von B (1) <input type="checkbox"/> genau wie die von B
<b>VA3</b>	Person <b>A</b> bearbeitet ganz <b>unterschiedliche Arten von Aufträgen</b> zu einem bestimmten Thema.  Person <b>B</b> bearbeitet immer die <b>gleiche Art von Auftrag</b> zu einem bestimmten Thema.  <small>Journalistin A schreibt zum Thema „Partnerschaft“ Interviews, Reportagen, Features... Journalistin B schreibt zum Thema „Partnerschaft“ immer Features.</small>	Ihre Arbeitssituation ist ...  (5) <input type="checkbox"/> genau wie die von A (4) <input type="checkbox"/> ähnlich wie die von A (3) <input type="checkbox"/> zwischen A und B (2) <input type="checkbox"/> ähnlich wie die von B (1) <input type="checkbox"/> genau wie die von B
<b>VA4</b>	Die Aufträge von <b>A</b> erfordern immer das <b>gleiche Vorgehen</b> .  Die Aufträge von <b>B</b> erfordern ein sehr <b>unterschiedliches Vorgehen</b> .  <small>Web-Designer A kann bei der Erstellung von Web-Sites immer gleich vorgehen. Web-Designer B muss je nach Auftrag immer wieder anders vorgehen.</small>	Ihre Arbeitssituation ist ...  (1) <input type="checkbox"/> genau wie die von A (2) <input type="checkbox"/> ähnlich wie die von A (3) <input type="checkbox"/> zwischen A und B (4) <input type="checkbox"/> ähnlich wie die von B (5) <input type="checkbox"/> genau wie die von B

**Im Folgenden geht es darum, wie gut Sie während Ihrer Arbeit mit anderen Personen Kontakt aufnehmen, jemandem helfen / Hilfe erhalten oder sich mit anderen unterhalten können. Die folgenden Fragen beziehen sich auf Tage, an denen Sie in Ihrem Büro arbeiten.**

<b>K1</b>	Mit wie vielen verschiedenen Berufskolleg(inn)en / Kooperationspartner(inne)n können Sie während der Arbeit in Ihrem Büro <b>telefonisch oder per Email etc.</b> Kontakt aufnehmen?	(1) <input type="checkbox"/> mit keiner Person (2) <input type="checkbox"/> mit 1-2 Personen (3) <input type="checkbox"/> mit 3-5 Personen (4) <input type="checkbox"/> mit 6-10 Personen (5) <input type="checkbox"/> mit mehr als 10 Personen
<b>K3</b>	Können Sie sich während der Arbeit in Ihrem Büro mit <b>Anderen</b> (z. B. Kolleg(inn)en, Partner/in, Bekannten) <b>persönlich</b> über Dinge unterhalten, die <b>nichts</b> mit der Arbeit zu tun haben?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Monat) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Woche) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (ein bis mehrmals täglich)

**Die folgenden Fragen beziehen sich auf Tage, an denen Sie beim Kunden / Auftraggeber arbeiten bzw. auf externe Arbeitstermine (=extern). Wenn Sie nie extern arbeiten, überspringen Sie die Fragen KOM4-KOM6!**

<b>K4</b>	Mit wie vielen verschiedenen Berufskolleg(inn)en / Kooperationspartner(inne)n können Sie während der Arbeit extern <b>telefonisch oder per Email etc.</b> Kontakt aufnehmen?	(1) <input type="checkbox"/> mit keiner Person (2) <input type="checkbox"/> mit 1-2 Personen (3) <input type="checkbox"/> mit 3-5 Personen (4) <input type="checkbox"/> mit 6-10 Personen (5) <input type="checkbox"/> mit mehr als 10 Personen
<b>K5</b>	Mit wie vielen verschiedenen Berufskolleg(inn)en / Kooperationspartner(inne)n können Sie während der Arbeit extern <b>persönlich</b> Kontakt aufnehmen?	(1) <input type="checkbox"/> mit keiner Person (2) <input type="checkbox"/> mit 1-2 Personen (3) <input type="checkbox"/> mit 3-5 Personen (4) <input type="checkbox"/> mit 6-10 Personen (5) <input type="checkbox"/> mit mehr als 10 Personen

<b>K6</b>	Können Sie sich während der Arbeit extern mit <b>Anderen</b> (z. B. Kolleg(inn)en, Partner/in, Bekannten) <b>persönlich</b> über Dinge unterhalten, die <b>nichts</b> mit der Arbeit zu tun haben?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten / nie (2) <input type="checkbox"/> selten (etwa 1 x pro Monat) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Woche) (4) <input type="checkbox"/> oft (mehrmals pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (ein bis mehrmals täglich)
-----------	--	---

Die folgenden Fragen beziehen sich auf die Zusammenarbeit mit Ihren Auftraggebern.

<b>KEK2</b>	Wie oft müssen Sie <b>genau zuhören und nachfragen</b> , um zu verstehen, was Ihre Auftraggeber von Ihnen wollen?	(1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge
<b>KEK5</b>	Wie oft müssen Sie sich mit Ihren Auftraggebern <b>über die Art und Weise Ihrer Zusammenarbeit abstimmen</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge
<b>KEK6</b>	Wie oft müssen Sie Ihr <b>Vorgehen gemeinsam</b> mit Ihren Auftraggebern <b>planen</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge
<b>KEK7</b>	Wie oft müssen Sie genau wissen, <b>wie weit die Auftraggeberseite</b> gerade ist?	(1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge
<b>KEK8</b>	Wie oft muss die Auftraggeberseite genau wissen, <b>wie weit Sie</b> gerade mit der Arbeit sind?	(1) <input type="checkbox"/> bei 0% der Aufträge (2) <input type="checkbox"/> bei ca. 25% der Aufträge (3) <input type="checkbox"/> bei ca. 50% der Aufträge (4) <input type="checkbox"/> bei ca. 75% der Aufträge (5) <input type="checkbox"/> bei ca. 100% der Aufträge

Bitte versuchen Sie weiterhin, die Fragen möglichst objektiv zu beantworten.

<b>EU1</b>	Person <b>A</b> hat für das nächste halbe Jahr <b>genug Aufträge / Buchungen</b> , um ihren finanziellen Bedarf zu decken.  Person <b>B</b> hat für das nächste halbe Jahr <b>noch keine Aufträge / Buchungen</b> .	Ihre Situation ist ...  (1) <input type="checkbox"/> genau wie die von A (2) <input type="checkbox"/> ähnlich wie die von A (3) <input type="checkbox"/> zwischen A und B (4) <input type="checkbox"/> ähnlich wie die von B (5) <input type="checkbox"/> genau wie die von B
<b>EU2</b>	Inwieweit <b>schwanken Ihre Einnahmen</b> von Monat zu Monat?	(1) <input type="checkbox"/> um 0% (2) <input type="checkbox"/> um bis zu 25% (3) <input type="checkbox"/> um bis zu 50% (4) <input type="checkbox"/> um bis zu 75% (5) <input type="checkbox"/> um bis zu 100%
<b>EU4</b>	Wenn Sie Ihre selbstständige Tätigkeit wegen Auftragsmangels aufgeben müssten, wie groß wären dann Ihre Chancen, wieder <b>eine adäquate Tätigkeit</b> (z. B. als Angestellte(r) zu finden?	(1) <input type="checkbox"/> sehr gut (2) <input type="checkbox"/> ziemlich gut (3) <input type="checkbox"/> mittelmäßig (4) <input type="checkbox"/> schlecht (5) <input type="checkbox"/> sehr schlecht
<b>EU5</b>	Wenn Sie Ihre selbstständige Tätigkeit wegen Auftragsmangels aufgeben müssten, wie groß wären dann Ihre Chancen, <b>überhaupt eine Tätigkeit</b> zu finden?	(1) <input type="checkbox"/> sehr gut (2) <input type="checkbox"/> ziemlich gut (3) <input type="checkbox"/> mittelmäßig (4) <input type="checkbox"/> schlecht (5) <input type="checkbox"/> sehr schlecht

**Bitte überlegen Sie bei der Beantwortung der folgenden Fragen, welches Verhalten durch Ihre Arbeit gefordert wird.**

<b>SR4</b>	Wie oft muss man sich bei Ihrer Arbeit aktiv mit der <b>Koordination von Aufgaben / Aufträgen</b> befassen?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten (etwa 1 x pro Jahr) (2) <input type="checkbox"/> selten (ein paar Mal im Jahr) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Monat) (4) <input type="checkbox"/> oft (etwa 1 x pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (etwa 1 x pro Tag)
<b>SR7</b>	Wie oft muss man bei Ihrer Arbeit <b>Arbeitsplatz</b> und <b>Arbeitsmittel überprüfen</b> (Instandhaltung, Arbeitsmittelbeschaffung etc.)?	(1) <input type="checkbox"/> sehr selten (etwa 1 x pro Jahr) (2) <input type="checkbox"/> selten (ein paar Mal im Jahr) (3) <input type="checkbox"/> gelegentlich (etwa 1 x pro Monat) (4) <input type="checkbox"/> oft (etwa 1 x pro Woche) (5) <input type="checkbox"/> sehr oft (etwa 1 x pro Tag)
<b>SR2</b>	Wie <b>genau bzw. detailliert</b> muss man bei Ihrer Arbeit in der Regel seine <b>Aufgaben bzw. Termine planen</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> monatsweise (2) <input type="checkbox"/> wochenweise (3) <input type="checkbox"/> tageweise (4) <input type="checkbox"/> stundenweise (5) <input type="checkbox"/> minutenweise
<b>SR8</b>	Wie sehr muss man bei Ihrer Arbeit seine <b>Aufgaben nach Plan erledigen</b> ?	(1) <input type="checkbox"/> auf den Monat genau (2) <input type="checkbox"/> auf die Woche genau (3) <input type="checkbox"/> auf den Tag genau (4) <input type="checkbox"/> auf die Stunde genau (5) <input type="checkbox"/> auf die Minute genau

**Wie stark werden folgende Merkmale Ihrer Arbeitssituation von Ihnen bzw. von externen Faktoren (Kunden, Markt etc.) beeinflusst?**

<b>GM</b>		wird <b>ganz</b> von mir bestimmt	wird <b>eher</b> von mir bestimmt	wird <b>sowohl</b> von mir <b>als auch</b> Kunden/Markt bestimmt	wird <b>ganz</b> von Kunden/Markt bestimmt	wird <b>eher</b> von Kunden/Markt bestimmt
<b>1</b>	Urlaubsplanung	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
<b>2</b>	Planung der Arbeitszeit (Lage, Dauer, „Überstunden“)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
<b>3</b>	Pausengestaltung	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
<b>4</b>	Weiterbildungsaktivitäten	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
<b>5</b>	Anschaffung neuer Arbeitsmittel	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
<b>6</b>	Gestaltung des Arbeitsplatzes (z. B. Einrichtung des Büros)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
<b>7</b>	Wahl des Arbeitsortes	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
<b>8</b>	Unternehmensentwicklung (Tätigkeitsbereich, Produkte)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

## Teil 4

Wie sehr können Sie sich auf folgende Personen verlassen, wenn es in der Arbeit schwierig wird?

SU1		gar nicht	wenig	ziemlich	völlig	nicht vorhanden
K	Auftraggeber	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
P	Kooperationspartner(innen) / Berufskolleg(innen)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
L	Lebenspartner(in)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
A	Andere (z. B. Freunde, Bekannte, Verwandte)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9

Wie sehr sind folgende Personen bereit, Ihre Probleme im Zusammenhang mit der Arbeit anzuhören?

SU2		gar nicht	wenig	ziemlich	völlig	nicht vorhanden
K	Auftraggeber	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
P	Kooperationspartner(innen) / Berufskolleg(innen)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
L	Lebenspartner(in)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
A	Andere (z. B. Freunde, Bekannte, Verwandte)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9

Wie sehr unterstützen folgende Personen Sie, so dass Sie es in der Arbeit leichter haben?

SU3		gar nicht	wenig	ziemlich	völlig	nicht vorhanden
K	Auftraggeber	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
P	Kooperationspartner(innen) / Berufskolleg(innen)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
L	Lebenspartner(in)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9
A	Andere (z. B. Freunde, Bekannte, Verwandte)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 9

## Teil 5

Zum Abschluss noch einige Angaben zu Ihrer Person...

SD3	Wie alt sind Sie?	_____ Jahre
SD4	Geschlecht	<input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich
SD5	Haben Sie Kinder?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein

<b>SD8</b>	Wie lange sind Sie schon in Ihrem <b>jetzigen Tätigkeitsbereich selbstständig</b> tätig?	<input type="checkbox"/> mehr als 3 Monate bis 6 Monate <input type="checkbox"/> mehr als 6 Monate bis 1 Jahr <input type="checkbox"/> mehr als 1 Jahr bis 2 Jahre <input type="checkbox"/> mehr als 2 Jahre bis 5 Jahre <input type="checkbox"/> mehr als 5 Jahre bis 10 Jahre <input type="checkbox"/> mehr als 10 Jahre bis 15 Jahre <input type="checkbox"/> mehr als 15 Jahre bis 20 Jahre <input type="checkbox"/> mehr als 20 Jahre bis 30 Jahre <input type="checkbox"/> mehr als 30 Jahre bis 40 Jahre <input type="checkbox"/> mehr als 40 Jahre
<b>SD9</b>	Welche <b>Berufsausbildung</b> haben Sie <b>in Bezug auf Ihre jetzige Tätigkeit</b> ? <i>Sollten mehrere Möglichkeiten auf Sie zutreffen, kreuzen Sie bitte den höchsten Abschluss an!</i>	<input type="checkbox"/> Keinen Abschluss <input type="checkbox"/> Lehre ohne Abschluss (mind. 1,5 Jahre) <input type="checkbox"/> Volontariat o.ä. (ohne Studium bzw. Lehre) <input type="checkbox"/> abgeschlossene Lehre <input type="checkbox"/> Meisterprüfung oder Abschluss einer Fachschule <input type="checkbox"/> Studium ohne Abschluss <input type="checkbox"/> Diplom, Magister o. ä. <input type="checkbox"/> Traineeship, Volontariat o. ä. (nach dem Studium) <input type="checkbox"/> Promotion
<b>FR1</b>	Verfügen Sie über <b>finanzielle Reserven</b> , die Sie bei zu geringem bzw. ausbleibendem Umsatz für mindestens 2 Monate nutzen können?  <i>(z. B. Überbrückungsgeld, eigene Rücklagen, Einkünfte aus anderen Quellen wie das Einkommen des Partners etc.)</i>	<input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja: -----
<b>FR2</b>	Wie hoch war Ihr <b>Gewinn 2005</b> (vor Abzug der Steuern)?	<input type="checkbox"/> bis 10.000 Euro <input type="checkbox"/> über 10.000 bis 20.000 Euro <input type="checkbox"/> über 20.000 bis 30.000 Euro <input type="checkbox"/> über 30.000 bis 40.000 Euro <input type="checkbox"/> über 40.000 bis 50.000 Euro <input type="checkbox"/> über 50.000 bis 60.000 Euro <input type="checkbox"/> über 60.000 bis 70.000 Euro <input type="checkbox"/> über 70.000 bis 80.000 Euro <input type="checkbox"/> über 80.000 Euro
<b>FR3</b>	Wie hoch wird voraussichtlich Ihr <b>Gewinn in diesem Jahr sein</b> (vor Abzug der Steuern)?	<input type="checkbox"/> bis 10.000 Euro <input type="checkbox"/> über 10.000 bis 20.000 Euro <input type="checkbox"/> über 20.000 bis 30.000 Euro <input type="checkbox"/> über 30.000 bis 40.000 Euro <input type="checkbox"/> über 40.000 bis 50.000 Euro <input type="checkbox"/> über 50.000 bis 60.000 Euro <input type="checkbox"/> über 60.000 bis 70.000 Euro <input type="checkbox"/> über 70.000 bis 80.000 Euro <input type="checkbox"/> über 80.000 Euro