

www.testarchiv.eu

## Open Test Archive

### Repositorium für Open-Access-Tests

Kurzmanual:

#### **JAS** **Job-Angst-Skala**

Linden, M., Muschalla, B. & Olbrich, D. (2012)

Linden, M., Muschalla, B. & Olbrich, D. (2012). JAS. Job-Angst-Skala [Verfahrensdokumentation, Kurzmanual und Fragebogen]. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), Open Test Archive. Trier: ZPID.  
<https://doi.org/10.23668/psycharchives.4661>

Alle Informationen und Materialien zu dem Verfahren finden Sie unter:  
**<https://www.testarchiv.eu/de/test/9006035>**

#### **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 den AutorInnen.

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 TestautorInnen über den Einsatz des Verfahrens und den damit erzielten Ergebnissen informieren.

---

#### **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](#). After completion of my work with the measure, I will inform the test authors about the use of the measure and the results I have obtained by means of the [feedback form](#).

# **Job-Angst-Skala (JAS)**

## **Ein Selbstbeurteilungs-Fragebogen zur Erfassung arbeitsplatzbezogener Ängste**

Michael Linden & Beate Muschalla

Forschungsgruppe Psychosomatische Rehabilitation an der Charité Universitätsmedizin und  
am Rehabilitationszentrum Seehof der Deutschen Rentenversicherung Bund

### **Originalpublikation:**

Linden M, Muschalla B, Olbrich D (2008). Die Job-Angst-Skala (JAS). Ein Fragebogen zur Erfassung arbeitsplatzbezogener Ängste. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 52, 126-134.

### **Kontaktadresse:**

Dr. Beate Muschalla & Prof. Dr. Michael Linden  
Forschungsgruppe Psychosomatische Rehabilitation an der Charité Berlin und am  
Rehabilitationszentrum Seehof der Deutschen Rentenversicherung Bund  
Lichterfelder Allee 55, 14513 Teltow/Berlin  
Tel: 03328/345678, Fax: 03328/345555,  
Email: [beate.muschalla@gmx.de](mailto:beate.muschalla@gmx.de)

## Inhaltsverzeichnis

1. Zusammenfassung
2. Theoretischer Hintergrund
3. Struktur der Job-Angst-Skala (JAS)
4. Fragebogenentwicklung und Stichprobenbeschreibung
5. Testgütekriterien
6. Zusammenhänge mit Begleitvariablen
7. Faktorielle Struktur
8. Interkorrelationen der Subskalen
9. Diskussion
10. Hinweise zur Anwendung der Job-Angst-Skala
11. Literatur
  
12. Anhang A: Tabellen und Abbildung
13. Anhang B: Job-Angst-Skala: Fragebogenform mit Instruktionen
14. Anhang C: Job-Angst-Skala: Übersicht über Items, Hauptdimensionen und Subskalen

## **1. Zusammenfassung**

Die „Job-Angst-Skala (JAS)“ ist ein Fragebogen zur Erfassung der verschiedenen Dimensionen arbeitsplatzbezogener Ängste (Linden et al., 2008). Die Skala besteht aus 70 Items, die 14 Subskalen abbilden und in fünf Oberdimensionen zusammengefasst werden können: Stimulusbezogene Ängste und Vermeidungsverhalten; Soziale Ängste und Beeinträchtigungskognitionen; Gesundheits- und körperbezogene Ängste; Insuffizienzerleben; Arbeitsplatzbezogene generalisierte Sorgen.

Eine Untersuchung der psychometrischen Qualität erfolgte an N = 190 Patienten einer orthopädischen und psychosomatischen Rehabilitationsklinik. Die interne Konsistenz beträgt .98. Die Retestreliabilität der Gesamtskala beträgt .815. Faktorenanalysen bestätigten die theoretisch vorgegebenen Subskalen. Die durchschnittliche Inter-Item-Korrelation der Gesamtskala beträgt .389. Es fand sich ein signifikanter Zusammenhang zwischen der JAS und der STAI-Trait, was als Hinweis auf die Validität der JAS angesehen werden kann.

**Dies ist ein Kurzmanual zur Einführung in die Entwicklung der JAS und soll als Anleitung zur Anwendung der Skala in der Praxis hilfreich sein.**

Aus Platzersparnisgründen stehen die meisten der im Text genannten Tabellen im Anhang A.

## 2. Theoretischer Hintergrund

Die Gefährdung der Erwerbsfähigkeit ist in der medizinischen Rehabilitation ein Thema von vorrangiger Bedeutung. Neben krankheitsspezifischen Leistungseinschränkungen kommt hierbei auch Ängsten und Insuffizienzgefühlen im Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz eine große Bedeutung zu. „Arbeitsplatzängste und Arbeitsplatzphobien“ sind häufig, haben jedoch bis vor wenigen Jahren in der wissenschaftlichen Literatur nur eine unzureichende Aufmerksamkeit gefunden (Haines et al., 2002; Linden et al., 2003; Linden & Muschalla, 2007). Zuvor wurden arbeitsplatzbezogene Ängste in der arbeitswissenschaftlichen Perspektive allenfalls implizit im Rahmen von Modellen wie "Mobbing", "Stress am Arbeitsplatz" oder "Burnout" thematisiert (z.B. Leymann 1993a; Zapf et. al., 1996; Selye, 1983; Greif et. al., 1991; Maslach & Jackson, 1981; Gusy, 1995; Kirchner, 1993; Rohmert, 1984). In der arbeitspsychologischen Forschung wurden weiterhin emotionale Arbeitsanforderungen, affektive Reaktionen bei bestimmten Arbeitsbedingungen, Abwesenheitsverhalten, Arbeitszufriedenheit, sowie Belastungs- und Beanspruchungskonzepte diskutiert (Dormann et al, 2002; Wegge & Neuhaus, 2002; Szesny & Thau, 2004; Treier, 2003). Es gibt auch viele Untersuchungen zum grundsätzlichen Zusammenhang von Arbeitsplatz und Psychopathologie (Haslam et. al., 2005; Buddeberg-Fischer et. al, 2005; Helge, 2001; Hobson & Beach, 2000; Turnipseed, 1998, Kawakami et. al., 1996; Brodsky, 1988). Dabei wird jedoch auf die herkömmliche Klassifikation von Angststörungen oder Depressionen Bezug genommen. Auch die Posttraumatische Belastungsstörung wurde im Kontext des Arbeitsplatzes behandelt. (MacDonald et. al., 2003; Laposi et. al., 2003; Price et. al., 2005) Des Weiteren gibt es Berichte über arbeitsplatzbezogene Angstphänomene bei spezifischen Berufsgruppen. (Fehm & Schmidt, 2006). Eine Bearbeitung und Differenzierung verschiedener Formen spezifischer arbeitsplatzbezogener Ängste fehlt jedoch (Linden & Muschalla, 2007b). So gibt es bislang auch noch kein Erfassungsinstrument speziell für arbeitsplatzbezogene Ängste. Auf diesem Hintergrund wurde die „Job-Angst-Skala (JAS)“ entwickelt, die im Folgenden erstmals beschrieben wird.

### 3. Struktur der Job-Angst-Skala (JAS)

Mit der Entwicklung der „Job-Angst-Skala (JAS)“ sollen die unterschiedlichen Formen speziell auf den Arbeitsplatz bezogener Ängste erfasst und differenziert werden.

Arbeitsplatzbezogene Ängste sind kein homogenes Phänomen, sondern können sehr unterschiedliche Facetten haben. Die hier vorgestellte Version der JAS umfasst fünf Hauptdimensionen, die sich jeweils noch in weitere Subskalen aufteilen lassen (Tabelle 1):

*Tabelle 1. Hauptdimensionen und Subskalen der Job-Angst-Skala (JAS)*

| Dimension  | Subskalen  |
|--|--|
| Stimulusbezogene Ängste und Vermeidungsverhalten | <ul style="list-style-type: none"><li>- antizipatorische Angst</li><li>- phobische Vermeidung</li><li>- konditionierte Angst</li><li>- globale Arbeitsplatzangst (Globalitems)</li></ul> |
| Soziale Ängste und Beeinträchtigungskognitionen  | <ul style="list-style-type: none"><li>- Ausbeutungsangst</li><li>- Soziale Ängste</li><li>- Bedrohungs- und Beeinträchtigungsüberzeugungen</li></ul>                                     |
| Gesundheits- und körperbezogene Ängste           | <ul style="list-style-type: none"><li>- hypochondrische Tendenzen</li><li>- Panik und körperliche Symptome</li><li>- Funktionsbezogene Ängste</li></ul>                                  |
| Insuffizienzerleben                              | <ul style="list-style-type: none"><li>- allgemeine Insuffizienzgedanken</li><li>- Veränderungsängste</li></ul>   |
| Arbeitsplatzbezogene Sorgen                      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Sorgen im Sinne arbeitsplatzbezogener generalisierter Angststörung (GAD)</li><li>- Existenzangst</li></ul>                                       |

Stimulusbezogene Ängste und Vermeidungsverhalten umfassen antizipatorische Ängste mit allgemeiner Anspannung am Arbeitsplatz, bei Gedanken an den Arbeitsplatz oder in Erwartung kommender Ereignisse bei der Arbeit. Hierzu gehören auch phobische Vermeidungen, die Arbeitsplatzsituationen ebenso betreffen können wie Begegnungen mit Kollegen oder Vorgesetzten, sei es am Arbeitsplatz oder auch an Orten außerhalb der Arbeit. Auch der Arbeitsplatz als solcher kann vermieden werden. Es kann zu schneller Flucht nach der Arbeit oder Krankenschreibungen bei der Antizipation von Arbeitsplatzproblemen kommen. Konditionierte Ängste sind in ihrer Entstehung ereignisbezogen, ähnlich wie bei einer PTSD. Zwei Globalitems erfassen eine generelle Angst bezüglich des Stimulus Arbeitsplatz.

Soziale Ängste beziehen sich auf die Antizipation und Vermeidung sozialer Situationen mit Kollegen oder Vorgesetzten. Beeinträchtigungskognitionen umfassen die Befürchtung, von Kollegen oder Vorgesetzten ausgenutzt oder bedroht zu werden.

Gesundheits- und körperbezogene Ängste umfassen hypochondrische Befürchtungen im Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz und Überzeugungen, dass die Arbeit gesundheitsschädlich ist und die Arbeitsbedingungen krank machen.

Insuffizienzängste umfassen Sorgen wegen der eigenen unzureichenden Qualifikation, Überforderung, mangelndem Wissen und daraus resultierenden Fehlern. Dazu gehören auch Veränderungsängste im Sinne von Angst vor der Übernahme neuer Aufgaben, strukturellen, personalen oder technischen Veränderungen im Betrieb und die Unsicherheit, was als nächstes auf einen zukommt.

Arbeitsplatzbezogene generalisierte Sorgen im Sinne einer Tendenz zu generalisierten Befürchtungen und ständiger Besorgtheit wegen alltäglicher Kleinigkeiten am Arbeitsplatz betreffen die Beschäftigung mit Arbeitsproblemen in der Freizeit sowie die Einschränkung anderer alltäglicher Verrichtungen durch die Besorgnis über Arbeitsangelegenheiten. Hierzu gehören auch Existenzängste mit Befürchtungen, den Arbeitsplatz verlieren zu können und einen Verlust an sozialem Ansehen und wirtschaftlicher Existenzsicherung hinnehmen zu müssen.

#### **4. Fragebogenentwicklung und Stichprobenbeschreibung**

Auf der Basis von Patientenberichten über Arbeitsplatzängste, von diagnostischen Kriterien für Angsterkrankungen und von allgemeinen Angstfragebögen wurde eine Vorfassung des Fragebogens mit 106 Items erstellt. Aufgrund der Ergebnisse einer Pilotuntersuchung konnte die Itemzahl auf 70 reduziert werden. Die Beurteilung erfolgt auf einer fünfstufigen Likert-Skala, von „0“ „trifft gar nicht zu“ bis zu „4“ „trifft voll zu“.

Die JAS wurde den Patienten unter dem Titel „Fragebogen zu Arbeitsplatzproblemen“ vorgegeben, der „Situationen, Gedanken und Gefühle“ erfragt, „die man am Arbeitsplatz erleben kann“. Die Patienten wurden gebeten, sich mit ihren Antworten auf ihren gegenwärtigen Arbeitsplatz, oder – im Falle von Arbeitslosigkeit – auf ihren letzten oder einen ähnlichen Arbeitsplatz zu beziehen. Sollten sie in mehreren Arbeitsverhältnissen gleichzeitig stehen, so sollten sich die Antworten auf denjenigen Arbeitsplatz beziehen, der die meisten Einflüsse auf das Befinden und das Alltagsleben des Probanden hat. Der Skala vorangestellt wurde ein kurzer Bogen, der die soziodemografischen Variablen Alter und Geschlecht und arbeitsanamnestische Daten des Berufstätigkeitsstatus, Arbeitslosigkeits- oder Krankenschreibungszeiten und Position am Arbeitsplatz erfasst. Zusätzlich zur JAS wurde das STAI-Trait (Spielberger et al., 1981) eingesetzt, um die generelle Ängstlichkeit zu erfassen. Die Patienten füllten die JAS zu Beginn ihres stationären Aufenthaltes in einer Rehabilitationsklinik aus. Eine Woche später erfolgte eine Wiederholungsmessung.

Die Probandenstichprobe von  $N = 190$  setzte sich zusammen aus 100 Patienten einer orthopädischen und 90 Patienten einer psychosomatischen Rehabilitationsklinik. 72 % waren Frauen. Das Durchschnittsalter der Patienten betrug 48,7 Jahre. ( $SD = 8,6$ ). 82 % der Probanden waren bis zur Aufnahme in die Klinik berufstätig, 17,5% arbeitslos und eine Person berentet. 57% der Patienten kamen direkt von ihrem Arbeitsplatz in die Klinik, 25% waren vor der Aufnahme krankgeschrieben. Die Dauer der Arbeitslosigkeit betrug zwischen einem und 58 Monaten ( $M = 16$ ), die Krankenschreibungsdauer lag zwischen zwei und 72 Wochen ( $M = 7$ ). 93% der Befragten waren in ihrem letzten bzw. aktuellen Arbeitsverhältnis als Angestellte tätig, 2,5% selbständig. 10% hatten eine mittlere und 5% eine gehobene Leitungsposition inne.

## 5. Testgütekriterien

Die Retestreliaibilität wurde in einer Teilstichprobe von  $N = 185$  Patienten über die Items einzeln ermittelt und betrug im Gesamtmittel  $r_{it} = .815$ . Die niedrigste Reliabilität wurde bei Item (59) gefunden ( $r_{it} = .575$ ), die höchste bei Item (33) mit  $r_{it} = .933$ . Die Gesamtskala kann damit als ein zuverlässiges Instrument angesehen werden.

Die internen Konsistenzen (Cronbachs Alpha; Tabelle 2, Anhang) der fünf Dimensionen über alle Patienten sind mit Werten zwischen  $.87$  und  $.95$ , sowie der Gesamtskala mit  $.98$  als gut bis sehr gut einzuschätzen.

Die Mittelwerte der Dimensionen (Tabelle 2, Anhang) bilden bei beiden Teilstichproben eine nahezu identische Rangreihe: Die höchsten Werte findet man auf der Dimension 5 „Arbeitsplatzbezogene Sorgen“, gefolgt von Dimension 3 „Gesundheitsängste“ und Dimension 4 „Insuffizienzängste“. Die Dimensionen 1 „Stimulusbezogene Ängste und Vermeidung“ sowie 2 „Soziale Ängste“ bekamen die geringsten Mittelwerte.

Die beiden Teilstichproben der Psychosomatik- und Orthopädiepatienten unterschieden sich signifikant nicht nur hinsichtlich des STAI-T, sondern auch bezüglich der Mittelwerte der fünf JAS-Dimensionen und aller Subskalen, bis auf „hypochondrische Tendenzen“ und „funktionsbezogene Ängste“. Abbildung 1 (Anhang) zeigt die Mittelwerte der 14 Subskalen für die Gesamtstichprobe sowie die Teilstichproben.

## **6. Zusammenhänge mit Begleitvariablen**

Es finden sich in beiden Patientengruppen signifikante Korrelationen der JAS mit der bisherigen Dauer der Arbeitsunfähigkeit (Tabelle 2). Im Vergleich zur JAS zeigt das STAI-T nur bei Psychosomatikpatienten einen Zusammenhang mit der Arbeitsunfähigkeits-Zeit. Bei STAI-T und JAS finden sich keine Zusammenhänge mit der Arbeitslosigkeit. Im Gegensatz zum STAI-T (und seinem negativen Zusammenhang mit dem Alter) findet sich bei der JAS kein bedeutsamer Zusammenhang mit dem Alter. JAS-Mittelwert und STAI-T korrelieren signifikant in der Gesamtstichprobe ( $r = .687^{**}$ ). Differenziert nach Teilstichproben ist der Zusammenhang bei den Orthopädiepatienten ( $r = .675^{**}$ ) sogar höher als bei der Psychosomatikstichprobe ( $r = .587^{**}$ ).

Geschlechterunterschiede. Es finden sich keine bedeutsamen Geschlechterunterschiede für die JAS-Gesamtskala, aber signifikant höhere STAI-T-Werte in der Gesamtstichprobe bei den Frauen.

## 7. Faktorielle Struktur

Die faktorielle Struktur des Fragebogens wurde sowohl für die JAS-Gesamtskala wie auch getrennt für die fünf Dimensionen mittels Hauptkomponentenanalyse mit Varimaxrotation untersucht. Die Analyse über alle Items der Gesamtskala ergab in der Anfangslösung einen hohen Generalfaktor mit einer Varianzaufklärung von 41%. Bei einer Faktorenanalyse über die fünf Dimensionen (wobei eine Dimension als ein Item analysiert wurde) ergab sich ein Generalfaktor, der 79% der Varianz aufklärte.

Die theoretisch angenommene Fünf-Dimensionen-Struktur konnte weitestgehend bestätigt werden. Es gab nur geringfügige Abweichungen der faktoriellen Lösung der JAS-Struktur von der theoretischen Vorgabe. Es bestehen hohe Trennschärfen bei fast allen Items bezüglich der Gesamtskala sowie hohe interne Konsistenzen aller Subdimensionen wie der Gesamtskala.

Es wurde eine Faktorenanalyse für jede der fünf Dimensionen berechnet, um zu prüfen, inwieweit sich die Subskalen innerhalb ihrer Hauptdimension differenzieren lassen. Die theoretisch angenommene Struktur der Subskalen wurde bei diesen Faktorenanalysen der einzelnen Dimensionen im Wesentlichen bestätigt (Tabelle 3.1-3.5). Bei Dimension 1 „Stimulusbezogene Ängste und Vermeidungsverhalten“ laden 14 von 17 Items auf den postulierten Faktoren und bei Dimension 2 „Soziale Ängste und Beeinträchtigungskognitionen“ finden 14 von 19 Items ihre exakte Zuordnung. Die Dimensionen 3 „Gesundheits- und körperbezogene Ängste“ und 5 „Arbeitsplatzbezogene Sorgen“ werden in ihrer postulierten Struktur durch die Faktorenanalyse exakt abgebildet. Lediglich die Dimension 4 „Insuffizienz erleben“ zeigt in der empirischen Lösung nicht die theoretisch angenommene Verteilung der Ladungen auf eine Subskala „Allgemeine Insuffizienzgedanken“ und eine zweite „Veränderungsängste“, sondern die Items scheinen sich entsprechend anderer inhaltlicher Aspekte zu ordnen (vgl. Tabelle 3.4): So sammeln sich auf dem ersten Faktor Items, die Leidensdruck deutlich machen bezüglich Veränderungsunsicherheiten, Arbeitsumständen, Überforderungserleben und erlebten Einschränkungen (z.B. Items 11, 12, 18, 4, 13, 45), und die in erster Linie intrapsychisches Erleben erfassen. Im zweiten Faktor finden sich die konkreter situationsbezogenen Inhalte, wie bspw. Ängste bei betrieblichen Veränderungen, neuen Aufgaben, Qualifikation und

Wissen, Fehler und Arbeitstempo, sowie Auswirkungen gesundheitlicher Einschränkungen  
(z.B. Items 17, 43, 59, 37, 60, 55).

## 8. Interkorrelationsberechnungen der 14 Subskalen

(Tabelle 4) zeigen für alle Zusammenhänge signifikante Ergebnisse, allerdings in unterschiedlicher Höhe. Auffällig ist eine Anhäufung vergleichsweise geringer Zusammenhänge bei den Subskalen „Existenzängste“ und „Funktionsbezogene Ängste“. „Funktionsbezogene Ängste“ bspw. stehen in geringem Zusammenhang mit „Bedrohungs- und Beeinträchtigungsängsten“ ( $r = .361$ ), „Ausbeutungsgedanken“ ( $r = .373$ ) und „Existenzängsten“ ( $r = .373$ ). Ebenso finden sich bei „Existenzängsten“ niedrige Zusammenhänge mit „hypochondrischen Tendenzen“ ( $r = .374$ ), den beiden „Globalitems“ ( $r = .355$ ) und „Bedrohungs- und Beeinträchtigungsängsten“ ( $r = .394$ ). Besonders hohe Zusammenhänge können verzeichnet werden zwischen den „Globalitems“ und „Antizipatorischen Ängsten“ ( $r = .815$ ) sowie „Vermeidung“ ( $r = .809$ ). Außerdem bestehen enge Zusammenhänge bei „Panik und körperlichen Symptomen“ mit „Antizipatorischen Ängsten“ ( $r = .882$ ) und mit „Allgemeinen Insuffizienzgedanken“ ( $r = .804$ ).

## 9. Diskussion

„Die Job-Angst-Skala (JAS)“ erlaubt eine Differenzierung und Quantifizierung arbeitsplatzbezogener Ängste, eines komplexen klinischen Phänomens, das in der medizinischen Rehabilitation und sozialmedizinischen Beurteilungen zunehmend an Bedeutung gewinnt. Aus dem Zusammenspiel der mit der JAS erfassbaren emotionalen, kognitiven und verhaltensbezogenen Aspekte von arbeitsplatzbezogenen Ängsten lassen sich Informationen ableiten für die Konzipierung arbeitsbezogener Therapien, die eine Grundlage schaffen können zur Sicherung der beruflichen Partizipationsfähigkeit.

Bei der Überprüfung der faktoriellen Struktur der Skala zeigte sich, dass arbeitsplatzbezogene Ängste bei beiden Teilstichproben in ähnlicher Struktur auftreten, wenngleich sie vom Intensitätsgrad bei den Psychosomatikpatienten stärker ausgeprägt sind. Der höhere korrelative Zusammenhang zwischen JAS und STAI-T bei Orthopädiepatienten kann als Hinweis gesehen werden, dass bei Psychosomatikpatienten andere psychische Grunderkrankungen mit berücksichtigt werden müssen. Grundsätzlich können die in beiden Gruppen gefundenen signifikanten Zusammenhänge zwischen JAS und STAI-T als Validitätsbeleg für die Erfassung eines Konstruktes „Angst“ interpretiert werden.

Die im Gegensatz zur STAI-T geringere Geschlechtsabhängigkeit der JAS liefert einen weiteren Hinweis auf die Validität und spricht für die Möglichkeit der Abbildung der eigenständigen Qualität von Arbeitsplatzängsten (Linden & Muschalla, 2007b).

Die vorliegenden Ergebnisse zeigen, dass unterschiedliche Formen von Arbeitsplatzängsten bei verschiedenen Personen unterschiedlich stark ausgeprägt sind und somit voneinander unterschieden werden müssen. Wer beispielsweise in stärkerem Ausmaß Insuffizienzgedanken bezüglich der Arbeit erlebt, der kann, muss aber nicht gleichzeitig auch gleichermaßen unter hypochondrischen Ängsten bezüglich des Arbeitsplatzes leiden. Die unterschiedlichen Subskaleninterkorrelationen machen deutlich, welche der einzelnen Facetten arbeitsplatzbezogener Ängste stärker oder weniger stark zusammenhängen. So stellen sich beispielsweise „Existenzängste“ als eher kognitives Phänomen dar, das wenig in Zusammenhang steht mit körperbezogenen Symptomen oder funktionellen Defizitbedenken, und auch in vergleichsweise geringem Maße mit sozialen Aspekten wie Beeinträchtigungsideen einhergeht. Existenzängste haben auch einen relativ geringen

Zusammenhang zur generellen, umfassenden Arbeitsplatzangst, da sie sich auf einen sehr speziellen Aspekt der Arbeit beschränken. „Soziale Ängste“ und „Beeinträchtigungskognitionen“ hängen dagegen mit einem hohen generellen Arbeitsplatzangsterleben zusammen, was sich auch ausdrückt in hohen Zusammenhängen mit verschiedenen anderen Facetten, z.B. mit Vermeidung, Antizipation, körperlicher Symptomatik und Insuffizienz. Dies erklärt sich dadurch, dass die meisten Arbeitsplätze genuin soziale Situationen darstellen.

## 10. Hinweise zur Anwendung der Job-Angst-Skala

Die *Job-Angst-Skala* ist als Forschungsinstrument konzipiert worden und zielt auf eine Differenzierung unterschiedlicher Qualitäten arbeitsplatzbezogener Ängste ab. Sie kann in klinischen wie auch in nicht-klinischen Stichproben mit Probanden im arbeitsfähigen Alter sinnvoll eingesetzt werden. Sie kann Probanden als „Fragebogen zu Arbeitsproblemen“ in der folgenden Form vorgelegt werden (Anhang B).

Der „Fragebogen zu Arbeitsproblemen“ besteht aus zwei Teilen: Im ersten Teil werden nach einer kurzen einführenden Instruktion arbeitsbezogene allgemeine Angaben erfragt (3 Seiten), die zur bei der Auswertung und Interpretation der Skalenwerte hilfreich sein können. Dieser Teil kann auch weggelassen werden.

Die *Job-Angst-Skala* selbst besteht aus einer 70 Items (5 Seiten), die jeweils auf einer Skala von 0 bis 4 vom Probanden geratet werden sollten, unter Bezugnahme auf die aktuelle oder letzte Arbeitssituation. Es werden keine weiteren Hilfsmittel benötigt für die Bearbeitung wie auch die Auswertung des Fragebogens.

Die Auswertung ist unkompliziert: Es können verschiedene Skalenwerte berechnet werden durch Mittelwertbildung der Itemscores bezüglich der Gesamtskala, der fünf Haupt-Dimensionen und der 14 Subskalen. Je höher der Mittelwert einer Skala, umso schwerer das Ausmaß an Job-Angst-Erleben im jeweiligen Bereich. Es sind keine Items für die Auswertung umzupolen.

Eine Selbstbeurteilung mit der *Job-Angst-Skala* kann bei klinischen Stichproben folgenden Zwecken dienen:

- a. einer Zustandsdiagnostik zu einem bestimmten Zeitpunkt (z.B. Ausmaß des arbeitsbezogenen Angsterlebens zu Beginn oder zum Ende einer Therapie)
- b. im Rahmen von Wiederholungs-Beurteilungen zur Verlaufsbeurteilung und Prognoseabschätzung
- c. als Ausgangspunkt für eine Therapiezielfindung und ggf. Zuweisung zu speziellen arbeitsbezogenen Therapieeinheiten (Screeninginstrument)

Die *Job-Angst-Skala* ist nicht geeignet klinisch valide Diagnosen von Angsterkrankungen zu stellen.

## 11. Literatur

- Buddeberg-Fischer, B., Klaghofer, R., & Buddeberg, C. (2005). Arbeitsstress und gesundheitliches Wohlbefinden junger Ärztinnen und Ärzte. Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, 51, 163-178.
- Brodsky, C.M. (1988). The psychiatric epidemic in the American workplace. Occupational Medicine, 3, 633-62.
- Dormann, C., Zapf, D., & Isic, A. (2002). Emotionale Arbeitsanforderungen und ihre Konsequenzen bei Call-Center-Arbeitsplätzen. Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie, 46, 201-215.
- Fehm, L. & Schmidt, K. (2006). Performance anxiety in gifted adolescent musicians. Journal of Anxiety Disorders, 20, 98-109.
- Greif, S., Bamberg, E., & Semmer, N. (Hrsg.) (1991). Psychischer Stress am Arbeitsplatz. Göttingen: Hogrefe.
- Gusy, B. (1995). Stressoren in der Arbeit, soziale Unterstützung und Burnout. München: Profil.
- Haines, J., Williams, C.L., & Carson, J.M. (2002). Workplace Phobia: Psychological and psychophysiological Mechanisms. International Journal of Stress Management, 9, 129-145.
- Hasalm, C., Atkinson, S., Brown, S.S., & Hasalm R.A. (2005). Anxiety and depression in the workplace: Effects on the individual and organisation (a focus group investigation). Journal of Affective Disorders, in print.
- Helge, D. (2001). Turning workplace anger and anxiety into peak performance. Strategies for enhancing employee health and productivity. American Association of Occupational Health Nurses Journal, 49, 399-406.
- Helge D. (2001). Positively channelling workplace anger and anxiety. Part I+II. American Association of Occupational Health Nurses Journal, 49, 482-9, 445-52.
- Hobson, J. & Beach, J.R. (2000). An investigation of the relationship between psychological health and workload among managers. Occupational Medicine, 50, 518-22.
- Kawakami N., Iwata N., Tanigawa T., Oga H., Araki S., Fujihara S. & Kitamura T. (1996). Prevalence of mood and anxiety disorders in a working population in Japan. Journal of Occupational and Environmental Medicine, 38, 899-905.
- Laposa, J.M., Alden, L.E. & Fullerton, L.M. (2003). Work stress and posttraumatic stress disorder in ED nurses/personnel. Journal of Emergency Nursing, 29, 23-8.

- Leyman, H. (1993a). Mobbing. Psychoterror am Arbeitsplatz und wie man sich dagegen wehren kann. Hamburg: Rohwolt.
- Linden, M., Oberle-Thiemann, C. & Weidner, C. (2003). Arbeitsplatzphobie. Münchener Medizinische Wochenschrift – Fortschritte der Medizin, 145, 33-36.
- Linden, M. & Muschalla, B. (2007a). Arbeitsplatzphobie. Der Nervenarzt, 78, 39-44.
- Linden, M. & Muschalla, B. (2007b). Anxiety disorders and workplace-related anxieties. Journal of Anxiety Disorders, 21, 467-474.
- MacDonald, H.A., Colota, V., Flamer, S. & Karlinsky, H. (2003). Posttraumatic stress disorder (PTSD) in the workplace: a descriptive study of workers experiencing PTSD resulting from work injury. Journal of Occupational Rehabilitation, 13, 63-77.
- Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). The measurement of Experienced Burnout. Journal of Occupational Behaviour, 2, 99-113.
- Price, J.L., Monson, C.M., Callahan, K. & Rodriguez, B.F. (2005). The role of emotional functioning in military-related PTSD and its treatment. Journal of Anxiety Disorders, in print.
- Rohmert, W. (1984). Das Belastungs-Beanspruchungskonzept. Zeitschrift für Arbeitswissenschaft, 38, 193-200.
- Sczesny, S. & Thau, St. (2004). Gesundheitsbewertung vs. Arbeitszufriedenheit: Der Zusammenhang von Indikatoren des subjektiven Wohlbefindens mit selbstberichteten Fehlzeiten. Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie, 48, 17-24.
- Selye, H. (1983). The Stress Concept Today. Past, Present and Future. In C.L. Cooper (Ed.) Stress Research-Issues for the Eighties (pp. 1-20). Chichester: Wiley.
- Spielberger, C.D., Laux, L., Glanzmann, P. & Schaffner, P. (1981). Das Stait-Trait-Angst-Inventar. Weinheim: Beltz Testgesellschaft.
- Treier, M. (2003). Belastungs- und Beanspruchungsmomente bei der Teleheimarbeit. Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie, 47, 24-35.
- Turnipseed, D.L. (1998). Anxiety and burnout in the health care work environment. Psychological Reports, 82, 627-42.
- Wegge, J. & Neuhaus, L. (2002). Emotionen bei der Büroarbeit am PC: Ein Test der „affective events“-Theorie. Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie, 46, 173-184.
- Zapf, D., Knorz, C., & Kulla, M. (1996). On the Relationship between Mobbing Factors and

Job Content, Social Work Environment and health Outcomes. European Journal of Work and Organizational Psychology, 5, 215-237.

## 12. Anhang A:

### Tabellen und Abbildungen

Tabelle 2. Teststatistische Kennwerte der Job-Angst-Skala (JAS)

| Analysegegenstand                                    | Stichprobe | Psychosomatik<br>(N= 90) | Orthopädie<br>(N= 100) | Alle Pat.<br>(N= 190) |
|--|------------|--------------------------|------------------------|-----------------------|
| <b>1. Cronbachs Alpha</b>                            |            |                          |                        |                       |
| Gesamtskala  |            | .979                     | .967                   | .978                  |
| Dimension 1: Stimulus, Verm., Kond.                  |            | .951                     | .896                   | .948                  |
| Dimension 2: Soziale Ängste                          |            | .922                     | .885                   | .917                  |
| Dimension 3: Gesundheitsängste                       |            | .939                     | .894                   | .921                  |
| Dimension 4: Insuffizienzängste                      |            | .919                     | .902                   | .922                  |
| Dimension 5: Sorgen, Existenzängste                  |            | .881                     | .826                   | .870                  |
| <b>2. Mittelwerte</b>                                |            |                          |                        |                       |
| JAS-MW (SD)  |            | 1,66 (0,96)              | 0,99 (0,68)            | 1,3 (0,87)            |
| Dimension 1: Stimulus, Verm., Kond.                  |            | 1,57 (Rang 4)            | 0,7 (Rang 5)           | 1,1 (Rang 4)          |
| Dimension 2: Sozialängste                            |            | 1,31 (Rang 5)            | 0,76 (Rang 4)          | 1,02 (Rang 5)         |
| Dimension 3: Gesundheitsängste                       |            | 1,98 (Rang 2)            | 1,42 (Rang 2)          | 1,68 (Rang 2)         |
| Dimension 4: Insuffizienzängste                      |            | 1,64 (Rang 3)            | 0,98 (Rang 3)          | 1,23 (Rang 3)         |
| Dimension 5: Sorgen, Existenzängste                  |            | 2,17 (Rang 1)            | 1,52 (Rang 1)          | 1,83 (Rang 1)         |
| STAI-T-MW (SD)                                       |            | 54,84 (11,86)            | 41,2 (10,69)           | 47,83(13,16)          |
| <b>3. Korrelationen JAS mit Begleitvariablen:</b>    |            |                          |                        |                       |
| Alter  |            | r = .174                 | r = -.112              | r = -.003             |
| Arbeitsunfähigkeitszeit                              |            | r = .360**               | r = .308**             | r = .294*             |
| Arbeitslosigkeitszeit                                |            | r = .038                 | r = .027               | r = -.153             |
| <b>4. Korrelationen JAS-MW und STAI-T</b>            |            |                          |                        |                       |
|  |            | r = .587**               | r = .675**             | r = .687**            |
| <b>5. Korrelationen STAI-T mit Begleitvariablen:</b> |            |                          |                        |                       |
| Alter  |            | r = -.071                | r = -.254*             | r = -.187*            |
| Arbeitsunfähigkeitszeit                              |            | r = .242**               | r = -.022              | r = .065              |
| Arbeitslosigkeitszeit                                |            | r = .077                 | r = -.129              | r = -.063             |

\*p<.05, \*\*p<.01

Tabelle 3.1-3.5. Faktorielle Ordnung der Subskalenitems nach Hauptkomponentenanalysen mit Varimaxrotation.

Anmerkungen: Ladungen >.30 sind aufgeführt, Hauptladungen **fett** gedruckt. Die Items sind entsprechend ihrer theoretischen Gruppierung zusammenhängend aufgeführt.

Dimension I: Antizipatorische Ängste, Globalitems, Vermeidung, Konditionierte Angst

| Itemnummer und Iteminhalt   | Extrahierte Faktoren | I           | II          | III         |
|---|----------------------|-------------|-------------|-------------|
| <u>Subskala Antizipatorische Ängste</u>   |                      |             |             |             |
| (2) Wenn ich an meinen Arbeitsplatz denke, merke ich, wie sich alles in mir anspannt.   |                      | <b>.766</b> | .312        |             |
| (5) Bei der Vorstellung, an diesem Arbeitsplatz einen kompletten Arbeitstag durchstehen zu müssen, bekomme ich Panikgefühle.                              |                      | <b>.813</b> | .312        |             |
| (6) In bestimmten Situationen am Arbeitsplatz befürchte ich, ich könnte körperliche Symptome bekommen, wie z.B. Erröten, Zittern, Schwitzen, Herzrasen... |                      | <b>.618</b> |             | .431        |
| (19) Im Allgemeinen habe ich vor Arbeitstagen einen deutlich schlechteren Schlaf als vor Nicht-Arbeitstagen.  |                      | <b>.626</b> | .402        |             |
| (48) Während ich arbeite, bin ich ständig auf der Hut, was als nächstes passieren könnte.   |                      | .327        | .383        | <b>.501</b> |
| <u>„Globalitems“ globale Arbeitsplatzangst</u>  |                      | <b>.774</b> | .353        |             |
| (63) Globalitem<br>Ich erlebe starke Befindlichkeitsstörungen oder Unbehagen, wenn ich an meinem Arbeitsplatz <i>bin</i> .                                |                      |             |             |             |
| (64) Globalitem<br>Ich erlebe starke Befindlichkeitsstörungen oder Unbehagen, wenn ich an meinen Arbeitsplatz <i>denke</i> .                              |                      | <b>.749</b> | .355        | .384        |
| <u>Subskala Phobische Vermeidung</u>  |                      |             |             |             |
| (22) Es kostet mich Überwindung, öffentliche Orte (z.B. örtlicher Supermarkt) aufzusuchen, an denen ich Arbeitskollegen oder Vorgesetzte treffen könnte.  |                      |             | <b>.726</b> | .307        |
| (23) Wenn irgend möglich, meide ich es, mich in die Nähe meiner Arbeitsstelle zu begeben.   |                      | .326        | <b>.861</b> |             |
| (10) Lieber laufe ich einen Umweg, als dass ich die Straße entlanggehe, in der sich meine Arbeitsstelle befindet.   |                      |             | <b>.782</b> |             |
| (28) Ich musste mich ein oder mehrere Male krankschreiben lassen, weil ich die Probleme an meinem Arbeitsplatz nicht länger hätte ertragen können.        |                      | <b>.562</b> |             | .516        |
| (30) Auf dem Weg hin zu meiner Arbeitsstelle würde ich am liebsten umdrehen.  |                      | <b>.712</b> | .481        |             |
| (33) Nach der Arbeit beeile ich mich mehr als andere, bloß schnell von allem dort wegzukommen.  |                      | .444        | <b>.499</b> |             |
| <u>Subskala Konditionierte Angst</u>  |                      |             |             |             |
| (65) Erst seit einem bestimmten für mich schwerwiegenden Ereignis habe ich Befindlichkeitsstörungen am Arbeitsplatz.                                      |                      | .373        |             | <b>.697</b> |
| (36) Bestimmte Situationen bei meiner Arbeit rufen Erinnerungen an frühere unangenehme Arbeitssituationen in mir wach, bei denen ich unruhig werde.       |                      |             | .393        | <b>.609</b> |
| (41) Ich habe am Arbeitsplatz einmal ein schreckliches Erlebnis gehabt, das in meinen Gedanken gegenwärtig bleibt und mich beunruhigt.                    |                      |             |             | <b>.815</b> |
| (9) Vor meinem inneren Auge kommen mir oft Erinnerungen hoch an schlimme Erlebnisse am Arbeitsplatz.  |                      | .392        | .351        | <b>.633</b> |

3.2. Dimension II: Ausbeutungsängste, Soziale Ängste, Bedrohungs- und Beeinträchtigungsängste

| Itemnummer und Iteminhalt   | I           | II          | III         |
|---|-------------|-------------|-------------|
| <b>Subskala Ausbeutungsängste</b>   |             |             |             |
| (39) Meine Kollegen nutzen mich aus.  |             |             | <b>.846</b> |
| (40) Mein Vorgesetzter nutzt mich aus.  | <b>.753</b> |             |             |
| (15) Bei der Arbeit bleibt immer alles an mir hängen.   |             |             | <b>.556</b> |
| (27) Die Kollegen schonen sich auf meine Kosten.  |             |             | <b>.830</b> |
| (24) Bei meiner Arbeit wird man für die verlangte Leistung nicht angemessen bezahlt.  | .384        |             | <b>.423</b> |
| <b>Subskala Soziale Ängste</b>  |             |             |             |
| (25) Wenn ich bestimmte Kollegen oder Vorgesetzte in meinem Betrieb nur von weitem sehe, versuche ich, ihnen nicht direkt zu begegnen.                                  | .654        |             |             |
| (26) Wenn ich bestimmte Kollegen oder Vorgesetzte außerhalb meines Betriebes nur von weitem sehe, versuche ich, ihnen nicht direkt zu begegnen.                         | .579        |             |             |
| (42) Wenn ich mit Kollegen oder Vorgesetzten sprechen muss, befürchte ich, ich könnte körperliche Symptome bekommen, wie z.B. Erröten, Zittern, Schwitzen, Herzrasen... |             | <b>.751</b> |             |
| (44) Ich fühle mich unsicher, wenn ich mit bestimmten Personen zusammen arbeiten muss.  |             | <b>.770</b> |             |
| (46) Ich bekomme Panik, wenn ich zu einem Gespräch mit meinem Vorgesetzten gerufen werde.   | .335        | <b>.779</b> |             |
| (47) Ich fühle mich unsicher, wenn ich bei meiner Arbeit beobachtet werde.  |             | <b>.796</b> |             |
| (31) Am Arbeitsplatz habe ich Probleme im Umgang mit Klienten (oder Patienten, Schülern, Publikum etc.)   |             | <b>.451</b> |             |
| (62) Am Arbeitsplatz habe ich Probleme mit einem oder mehreren Kolleginnen oder Kollegen.   |             | .347        | <b>.588</b> |
| (38) Am Arbeitsplatz habe ich Probleme mit einem oder mehreren Vorgesetzten.  | <b>.755</b> |             |             |
| <b>Subskala Bedrohungs- und Beeinträchtigungsängste</b>   |             |             |             |
| (49) Ich werde an diesem Arbeitsplatz absichtlich ausgegrenzt.  | <b>.446</b> | .383        | .430        |
| (51) Mein Vorgesetzter schikaniert mich.  | <b>.810</b> |             |             |
| (52) Meine Kollegen schikanieren mich.  |             |             | <b>.601</b> |
| (54) An meinem Arbeitsplatz bin ich aller Willkür und Ungerechtigkeit ausgeliefert.   | <b>.550</b> | .385        | .379        |
| (56) Man hat mir absichtlich besonders schwierige Arbeitsbedingungen geschaffen.  | <b>.535</b> | .367        | .323        |

### 3.3. Dimension III: Hypochondrische Tendenzen, Panik und körperliche Symptome, funktionsbezogene Ängste

| <b>Itemnummer und Iteminhalt</b>   | <b>Extrahierte Faktoren</b> | <b>I</b>    | <b>II</b>   | <b>III</b>  |
|--|-----------------------------|-------------|-------------|-------------|
| <u>Subskala Hypochondrische Tendenzen</u>  |                             |             |             |             |
| (21) Meine Arbeit ruiniert mich gesundheitlich.  |                             | <b>.734</b> | .417        | .365        |
| (29) Wenn ich noch lange an diesem Arbeitsplatz bin, werde ich gesundheitliche Schäden davontragen.  |                             | <b>.832</b> | .332        |             |
| (66) Mit meinen aktuellen Gesundheitsproblemen kann ich an diesem Arbeitsplatz eigentlich nicht tätig sein.  |                             | <b>.655</b> |             | .518        |
| (1) Die Bedingungen an meinem Arbeitsplatz machen mich krank.  |                             | <b>.811</b> | .365        |             |
| (50) Der Stress an meinem Arbeitsplatz ist gesundheitsschädigend.  |                             | <b>.610</b> | .520        |             |
| <u>Subskala Panik und körperliche Symptome</u>   |                             |             |             |             |
| (7) Ich habe erlebt, dass ich in bestimmten Situationen am Arbeitsplatz körperliche Symptome bekommen habe, wie z.B. Zittern, Schwitzen, Erröten, Herzrasen... |                             |             | <b>.803</b> |             |
| (32) Je näher ich meiner Arbeitstelle komme, desto stärker erlebe ich körperliche Symptome, wie z.B. Zittern, Schwitzen, Herzklopfen.                          |                             | .398        | <b>.750</b> |             |
| (34) In bestimmten Situationen am Arbeitsplatz bekomme ich Panikgefühle.   |                             |             | <b>.813</b> |             |
| <u>Subskala Funktionsbezogene Ängste</u>   |                             |             |             |             |
| (58) Ich habe nachgewiesene gesundheitliche Einschränkungen, die meine Leistungsfähigkeit bei der Arbeit beeinträchtigen.                                      |                             |             |             | <b>.850</b> |
| (3) Mein gesundheitlicher Zustand macht mich im Arbeitsalltag unsicher.  |                             |             | .484        | <b>.722</b> |

3.4. Dimension IV: Allgemeine Insuffizienzgedanken, Veränderungsängste

| Itemnummer und Iteminhalt   | Extrahierte Faktoren | I           | II          |
|---|----------------------|-------------|-------------|
| <u>Subskala Allgemeine Insuffizienzgedanken</u>   |                      |             |             |
| (11) Ich fühle mich mit meiner Arbeit überfordert.  |                      | <b>.575</b> | .524        |
| (12) Meine Arbeitsbedingungen bedeuten für mich negativen Stress.   |                      | <b>.811</b> |             |
| (18) Die Umstände, unter denen ich arbeite, machen mich unruhig.  |                      | <b>.822</b> |             |
| (17) Manchmal habe ich das Gefühl, dass mein Wissen für die Arbeit, die ich verrichte, nicht ausreicht.   |                      |             | <b>.752</b> |
| (43) Ich mache viele Fehler bei der Arbeit oder bin zu langsam.   |                      |             | <b>.693</b> |
| (59) Ich bin für neue Arbeiten nicht genügend qualifiziert.   |                      |             | <b>.773</b> |
| (37) Manchmal habe ich die Vorstellung, meine gesundheitlichen Defizite führen dazu, dass ich meine Arbeit nicht zufriedenstellend ausführe.                                |                      |             | <b>.566</b> |
| (8) Die Befindlichkeitsstörungen, die ich am Arbeitsplatz erlebe, schränken meine Leistungsfähigkeit ein.   |                      | <b>.721</b> | .348        |
| (60) Ich befürchte, die Kollegen könnten mich wegen meiner gesundheitlichen Einschränkungen nicht für voll nehmen.  |                      | .333        | <b>.527</b> |
| <u>Subskala Veränderungsängste</u>  |                      |             |             |
| (16) Ich weiß nicht, wie ich reagieren soll, wenn ich neue Aufgaben übernehmen soll.  |                      | .338        | <b>.649</b> |
| (4) Ich leide darunter, dass man bei der Arbeit nie weiß, was als nächstes kommt.   |                      | <b>.849</b> |             |
| (13) Ich leide darunter, dass man bei der Arbeit nie sicher sein kann, dass nicht alles geändert wird.  |                      | <b>.742</b> |             |
| (45) Ich leide darunter, dass ich ständig im Unklaren gelassen werde, was auf mich zukommt.   |                      | <b>.675</b> | .302        |
| (55) Ich befürchte, im Zusammenhang mit betrieblichen Veränderungen (z.B. neue Technologien, Maschinen, neue Vorgesetzte und Kollegen) nicht mehr Schritt halten zu können. |                      |             | <b>.787</b> |

3.5. Dimension V: Arbeitsplatzbezogene Sorgen, Existenzangst

| <b>Itemnummer und Iteminhalt</b>  | <b>Extrahierte Faktoren</b> | <b>I</b>    | <b>II</b>   |
|---|-----------------------------|-------------|-------------|
| <u>Subskala Arbeitsplatzbezogene Sorgen</u>   |                             |             |             |
| (67) Ich mache mir ständig Sorgen um Dinge, die meine Arbeit betreffen.   |                             | <b>.835</b> | .315        |
| (14) Kollegen oder Familienangehörige haben mir schon gesagt, dass ich mir bezüglich meiner Arbeit zu viele Sorgen mache. |                             | <b>.668</b> |             |
| (20) Auch in meiner Freizeit bin ich mit meinem Gedanken ständig bei der Arbeit.  |                             | <b>.792</b> |             |
| (57) Meine Gedanken um Arbeitsprobleme halten mich auch von anderen Erledigungen ab.                                      |                             | <b>.766</b> |             |
| (68) Ich leide darunter, dass ich die Sorgen um meine Arbeit nicht abstellen kann.  |                             | <b>.851</b> | .315        |
| <u>Subskala Existenzängste</u>  |                             |             |             |
| (61) Ich halte es für wahrscheinlich, dass man heutzutage leicht wegen Fehlzeiten entlassen werden kann.                  |                             |             | <b>.579</b> |
| (35) Ich glaube, dass – egal wie man sich anstrengt – der Arbeitsplatz ständig gefährdet ist.                             | .470                        |             | <b>.517</b> |
| (69) Arbeitslos zu sein, bedeutet für mich, mein ganzes Ansehen zu verlieren.   |                             |             | <b>.727</b> |
| (70) Der Verlust meines Arbeitsplatzes ist/wäre eine starke Bedrohung meiner Existenz.                                    |                             |             | <b>.664</b> |
| (53) Wenn man heute arbeitslos ist oder wird, findet man sowieso nie wieder einen Job!                                    |                             |             | <b>.783</b> |

Tabelle 4. Inter-Korrelationen der Subskalen. Pearson Korrelation.

*Anmerkungen zu Skalenabkürzungen:*

I Antizip = Dimension I: Subskala antizipatorische Ängste; I Verm = Dimension I: Subskala Vermeidung; I Kond = Dimension I: Subskala Konditionierte Angst, I General = Dimension I: Subskala stimulusbezogene Angst (Globalitems).

II Ausb = Dimension II: Subskala Ausbeutungsängste; II Soz = Dimension II: Soziale Angst; II Mob = Dimension II: Bedrohungs- und Beeinträchtigungsängste.

III Hypoch = Dimension III: Subskala hypochondrische Tendenzen; III Sympt = Dimension III: Subskala Panikerleben, körperliche Symptome, III Funkt = Dimension III: Subskala funktionsbezogene Ängste.

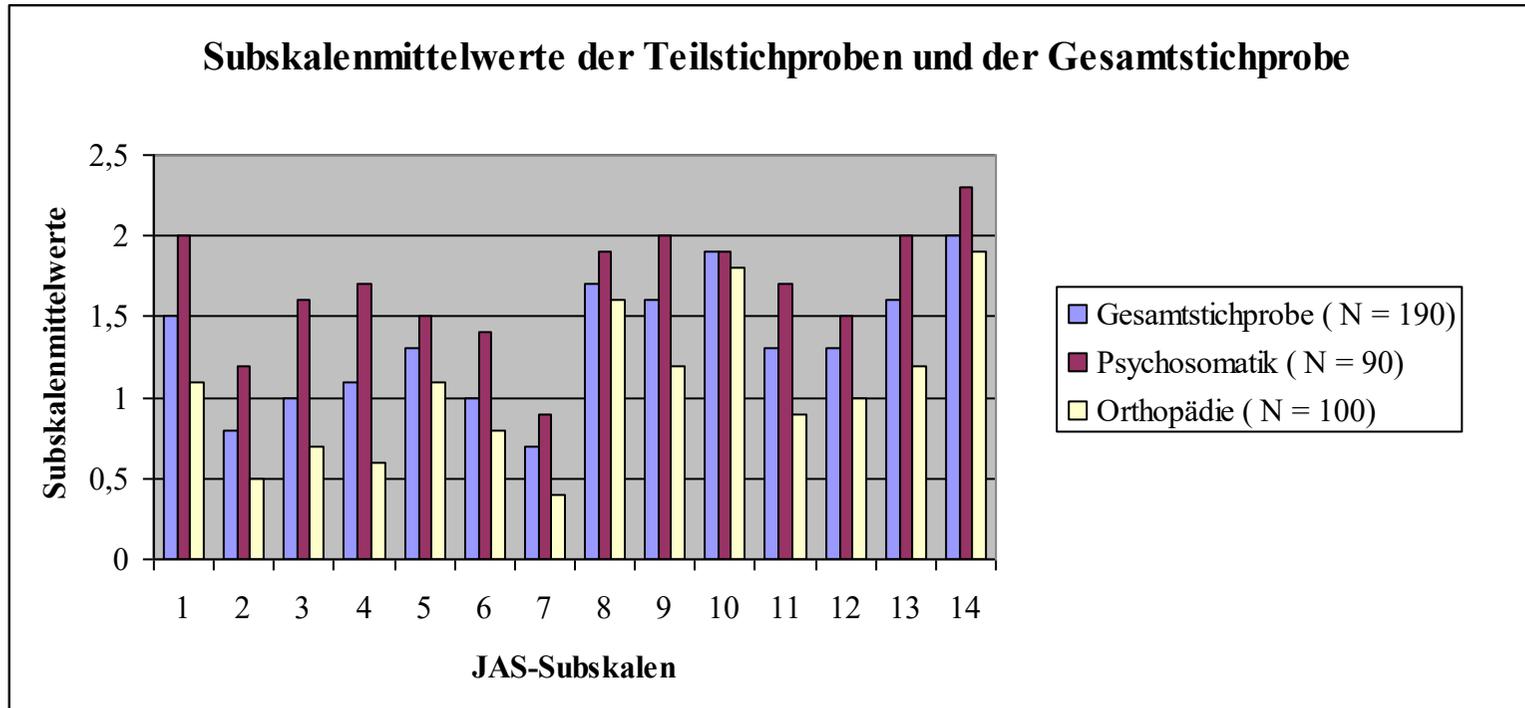
IV Insuff = Dimension IV: Subskala allgemeines Insuffizienzerleben; IV Veränd = Dimension IV: Subskala Veränderungsängste

V Sorg = Dimension V: Subskala arbeitsplatzbezogene Sorgen; V Exist = Dimension V: Subskala Existenzangst.

|                   | <b>I<br/>Antiz</b> | <b>I<br/>Verm</b> | <b>I<br/>Kond</b> | <b>I<br/>Global</b> | <b>II<br/>Ausb</b> | <b>II<br/>Soz</b> | <b>II<br/>Mob</b> | <b>III<br/>Hypoch</b> | <b>III<br/>Sympt</b> | <b>III<br/>Funkt</b> | <b>IV<br/>Insuff</b> | <b>IV<br/>Veränd</b> | <b>V<br/>Sorg</b> | <b>V<br/>Exist</b> |
|-------------------|--------------------|-------------------|-------------------|---------------------|--------------------|-------------------|-------------------|-----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|-------------------|--------------------|
| <b>I Antizip</b>  |                    | .798**            | .703**            | .815**              | .514**             | .750**            | .601**            | .723**                | .882**               | .543**               | .777**               | .693**               | .746**            | .467**             |
| <b>I Verm</b>     |                    |                   | .689**            | .809**              | .574**             | .767**            | .656**            | .654**                | .759**               | .471**               | .676**               | .582**               | .639**            | .401**             |
| <b>I Kond</b>     |                    |                   |                   | .666**              | .446**             | .685**            | .612**            | .501**                | .722**               | .400**               | .609**               | .542**               | .576**            | .418**             |
| <b>I Global</b>   |                    |                   |                   |                     | .468**             | .720**            | .594**            | .672**                | .775**               | .471**               | .745**               | .556**               | .626**            | .355**             |
| <b>II Ausb</b>    |                    |                   |                   |                     |                    | .594**            | .620**            | .512**                | .551**               | .373**               | .501**               | .540**               | .594**            | .454**             |
| <b>II Soz</b>     |                    |                   |                   |                     |                    |                   | .737**            | .563**                | .757**               | .465**               | .762**               | .719**               | .657**            | .499**             |
| <b>II Mob</b>     |                    |                   |                   |                     |                    |                   |                   | .496**                | .588**               | .361**               | .547**               | .551**               | .530**            | .394**             |
| <b>III Hypoch</b> |                    |                   |                   |                     |                    |                   |                   |                       | .765**               | .673**               | .714**               | .558**               | .584**            | .374**             |
| <b>III Sympt</b>  |                    |                   |                   |                     |                    |                   |                   |                       |                      | .578**               | .804**               | .708**               | .737**            | .475**             |
| <b>III Funkt</b>  |                    |                   |                   |                     |                    |                   |                   |                       |                      |                      | .647**               | .457**               | .481**            | .373**             |
| <b>IV Insuff</b>  |                    |                   |                   |                     |                    |                   |                   |                       |                      |                      |                      | .764**               | .680**            | .477**             |
| <b>IV Veränd</b>  |                    |                   |                   |                     |                    |                   |                   |                       |                      |                      |                      |                      | .669**            | .564**             |
| <b>V Sorg</b>     |                    |                   |                   |                     |                    |                   |                   |                       |                      |                      |                      |                      |                   | .600**             |
| <b>V Exist</b>    |                    |                   |                   |                     |                    |                   |                   |                       |                      |                      |                      |                      |                   |                    |

Abbildung 1. Mittelwerte der Subskalen für Gesamtstichprobe, Psychosomatikpatienten und Orthopädiepatienten

Anmerkungen: Subskalenbezeichnungen: 1 = Antizipatorische Angst; 2 = phobische Vermeidung; 3 = konditionierte Angst; 4 = Globalitems; 5 = Ausbeutungsangst; 6 = Soziale Ängste; 7 = Bedrohungs- und Beeinträchtigungsängste; 8 = hypochondrische Tendenzen; 9 = Panik und körperbezogene Symptome; 10 = funktionsbezogene Ängste; 11 = allgemeine Insuffizienzgedanken; 12 = Veränderungsängste; 13 = arbeitsplatzbezogene Sorgen; 14 = Existenzangst



### **13. Anhang B:**

**Fragebogen zu Arbeitsplatzproblemen inklusive  
Job-Angst-Skala (Selbstbeurteilungsfragebogen)**



Forschungsgruppe Psychosomatische Rehabilitation an der Charité Berlin  
Hindenburgdamm 30, Haus II, Raum E 01.  
12200 Berlin

[www.charite.de/fpr](http://www.charite.de/fpr)

© Beate Muschalla & Michael Linden

# *Fragebogen zu Arbeitsplatzproblemen*

Die Arbeit ist ein wichtiger Teil des Lebens. Schwierigkeiten am Arbeitsplatz können auch zu psychischen Problemen führen. Die Art der Belastungen am Arbeitsplatz kann sehr unterschiedlich sein. Im folgenden Fragebogen werden Sie daher gebeten anzugeben, ob Sie an oder mit der Arbeit Probleme haben und gegebenenfalls welche.

*Bitte geben Sie uns zunächst einige allgemeine Informationen zu Ihrer aktuellen Arbeitssituation:*

1. Wie ist Ihre aktuelle berufliche Situation? (bitte nur ein Kreuz)

- in Ausbildung
- Wehr-/ Zivildienst/ freiwilliges soziales Jahr
- berufstätig, Vollzeit im festen Arbeitsverhältnis
- berufstätig, Teilzeit im festen Arbeitsverhältnis
- berufstätig, gelegentlich
- Hausfrau / -mann oder mithelfender Familienangehöriger, ansonsten nicht berufstätig
- beschäftigt in beschützter Einrichtung
- arbeitslos, beim Arbeitsamt gemeldet
- Erwerbs-/ Berufsunfähigkeitsrente auf Dauer und nicht berufstätig
- Erwerbs- / Berufsunfähigkeitsrente auf Zeit und nicht berufstätig
- Witwenrente/Altersrente/Altersteilzeit und nicht berufstätig
- Rente /Teilrente und beschäftigt
- zweiter Arbeitsmarkt
- berufsfördernde Maßnahmen

2. Ihre Antworten im folgenden Fragebogen beziehen sich also auf

- Ihren aktuellen Arbeitsplatz
- Ihren letzten Arbeitsplatz (wenn Sie aktuell ohne Arbeit sind), an dem Sie bis \_\_\_\_\_(Monat, Jahr) beschäftigt waren

3. Haben oder hatten Sie eines der im Folgenden genannten Probleme an diesem Arbeitsplatz? (bitte nur ein Kreuz)

- Haben Sie häufige Krankheits-/ Fehlzeiten?  nein  ja
- Haben Sie Probleme mit Vorgesetzten, Kollegen oder Kunden?  nein  ja
- Fühlen Sie sich überfordert durch die Arbeitsmenge?  nein  ja
- Fühlen Sie sich überfordert durch Arbeitsinhalt oder die Art der Aufgaben?  nein  ja
- Belasten Sie äußere Umstände (z.B. Umstrukturierung)?  nein  ja

Ist Ihr Arbeitsplatz aus diesen oder anderen Gründen bedroht?  nein  ja  
Weswegen genau?

---

---

4. Wenn Sie aktuell keinen Arbeitsplatz haben, warum nicht? (bitte nur ein Kreuz)
- Ich benötige keinen oder suche keinen
  - Ich bin kurzzeitarbeitslos (bis 1 Jahr) wegen einer eigenen Problematik (z.B. Krankheit, Familie, Qualifizierung)
  - Ich bin kurzzeitarbeitslos (bis 1 Jahr) wegen äußerer Umstände (z.B. Firmending in Konkurs, keine Stellen verfügbar)
  - Ich bin Langzeitarbeitslos (ab 1 Jahr) wegen einer eigenen Problematik (z.B. Krankheit, Familie, Qualifizierung)
  - Ich bin Langzeitarbeitslos (ab 1 Jahr) wegen äußerer Umstände (z.B. Firmending in Konkurs, keine Stellen verfügbar)
5. Welche vorrangige Bedeutung hat es für Sie, einen Arbeitsplatz zu haben (unabhängig davon, ob Sie momentan einen Arbeitsplatz haben oder nicht)? (bitte nur ein Kreuz)
- Ich habe keinen Arbeitsplatzwunsch oder -bedarf (z.B. Hausfrau/-mann)
  - Ich brauche eine Arbeit zur Existenzsicherung
  - Ich brauche die Arbeit zur Selbstverwirklichung (d.h. nicht zwingend zur Existenzsicherung)
6. Waren Sie in den letzten 12 Monaten krankgeschrieben?
- nein
  - ja, und zwar insgesamt \_\_\_\_\_ Wochen
7. Sind Sie aktuell krankgeschrieben?
- ja, und zwar aktuell \_\_\_\_\_ Wochen
  - nein
8. Weswegen sind Sie aktuell krankgeschrieben?
- wegen einer körperlichen Erkrankung
  - wegen psychischer Probleme
9. Wenn aktuell eine Krankschreibung vorliegt: ist diese durch die Arbeitsplatzsituation mitbedingt?
- ja
  - nein
  - Es liegt aktuell keine Krankschreibung vor.
10. Wenn keine aktuelle Krankschreibung vorliegt: war die letzte Krankschreibung in den letzten 12 Monaten durch die Arbeitsplatzsituation mitbedingt?
- ja
  - nein
  - Es lag in den letzten 12 Monaten keine Krankschreibung vor.
11. Welchen Beruf/welche Tätigkeit üben Sie aus?
-

12. Wieviele Stunden beträgt die Regelarbeitszeit pro Woche?

\_\_\_\_\_ Stunden

13. Wie viele Stunden arbeiten Sie tatsächlich pro Woche?

\_\_\_\_\_ Stunden

14. Wie lange arbeiten Sie schon in diesem Betrieb bzw. wie lange haben Sie dort gearbeitet?

\_\_\_\_\_ Jahre und \_\_\_\_\_ Monate

15. Mit wie vielen Kollegen arbeiten/arbeiteten Sie regelmäßig zusammen (d.h. in direktem Kontakt mehrmals wöchentlich)?

\_\_\_\_\_

16. Mit wie vielen Vorgesetzten arbeiten/arbeiteten Sie regelmäßig zusammen (d.h. in direktem Kontakt mehrmals wöchentlich)?

\_\_\_\_\_

17. Arbeiten/Arbeiteten Sie an der Mehrzahl der Arbeitstage mit Publikumsverkehr (Kunden, Patienten, Schüler o.ä.)?

ja

nein

# Fragebogen zu arbeitsplatzbezogenen Gedanken, Gefühlen und Verhaltensweisen

Die Aussagen auf den folgenden Seiten beziehen sich auf Situationen, Gedanken und Gefühle, die man im Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz erleben kann. Bitte kreuzen Sie an, in welchem Ausmaß diese auf Sie zutreffen.

Wenn Sie gegenwärtig nicht im Arbeitsverhältnis stehen, dann stellen Sie sich bitte vor, Sie würden in der nächsten Woche an Ihre letzte oder eine vergleichbare Arbeitsstätte zurückkehren.

Sollten Sie in mehreren Arbeitsverhältnissen gleichzeitig stehen und somit mehrere verschiedene Arbeitsplätze oder Kollegenkreise parallel haben, so überlegen Sie bitte, welcher dieser Bereiche die meisten Einflüsse auf Ihr Befinden und Ihr Alltagsleben hat und beziehen Sie Ihre Antworten auf diesen Arbeitsplatz bzw. -bereich.

Machen Sie ein Kreuz bei 0, wenn Sie der Aussage gar nicht zustimmen und bei 4 wenn Sie voll zustimmen bzw. bei 1 bis 3, je nachdem ob sie etwas, deutlich oder sehr zustimmen

*Bitte lassen Sie keine Frage aus!*

1. Die Bedingungen an meinem Arbeitsplatz machen mich krank. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

2. Wenn ich an meinen Arbeitsplatz denke, merke ich, wie sich alles in mir anspannt. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

3. Meine gesundheitliche Einschränkung macht mich im Arbeitsalltag unsicher. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

4. Ich leide darunter, dass man bei der Arbeit nie weiß, was als nächstes kommt. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

5. Bei der Vorstellung, an diesem Arbeitsplatz einen kompletten Arbeitstag durchstehen zu müssen, bekomme ich Panikgefühle. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

6. In bestimmten Situationen am Arbeitsplatz befürchte ich, ich könnte körperliche Symptome bekommen, wie z.B. Erröten, Zittern, Schwitzen, Herzrasen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

7. Ich habe erlebt, dass ich in bestimmten Situationen am Arbeitsplatz körperliche Symptome bekommen habe, wie z.B. Zittern, Schwitzen, Erröten, Herzrasen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

8. Die Befindlichkeitsstörungen, die ich am Arbeitsplatz erlebe, schränken meine Leistungsfähigkeit ein. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

9. Vor meinem inneren Auge kommen mir oft Erinnerungen hoch an schlimme Erlebnisse am Arbeitsplatz. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

10. Lieber laufe ich einen Umweg, als dass ich die Straße entlanggehe, in der sich meine Arbeitsstelle befindet. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
11. Ich fühle mich mit meiner Arbeit überfordert. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
12. Meine Arbeitsbedingungen bedeuten für mich negativen Stress. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
13. Ich leide darunter, dass man bei der Arbeit nie sicher sein kann, dass nicht alles geändert wird. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
14. Kollegen oder Familienangehörige haben mir schon gesagt, dass ich mir bezüglich meiner Arbeit zu viele Sorgen mache. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
15. Bei der Arbeit bleibt immer alles an mir hängen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
16. Ich weiß nicht, wie ich reagieren soll, wenn ich bei der Arbeit neue Aufgaben übernehmen soll. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
17. Manchmal habe ich das Gefühl, dass mein Wissen für die Arbeit, die ich verrichte, nicht ausreicht. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
18. Die Umstände, unter denen ich arbeite, machen mich unruhig. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
19. Im Allgemeinen habe ich vor Arbeitstagen einen deutlich schlechteren Schlaf als vor Nicht-Arbeitstagen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
20. Auch in meiner Freizeit bin ich mit meinen Gedanken ständig bei der Arbeit. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
21. Meine Arbeit ruiniert mich gesundheitlich. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
22. Es kostet mich Überwindung, öffentliche Orte (z.B. örtlicher Supermarkt) aufzusuchen, an denen ich Arbeitskollegen oder Vorgesetzte treffen könnte. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
23. Wenn irgend möglich, meide ich es, mich in die Nähe meiner Arbeitsstelle zu begeben. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
24. Bei meiner Arbeit wird man für die verlangte Leistung nicht angemessen bezahlt. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
25. Wenn ich bestimmte Kollegen oder Vorgesetzte im Betrieb nur von weitem sehe, versuche ich, ihnen nicht direkt zu begegnen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

26. Wenn ich bestimmte Kollegen oder Vorgesetzte außerhalb meines Betriebes nur von weitem sehe, versuche ich, ihnen nicht direkt zu begegnen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
27. Die Kollegen schonen sich auf meine Kosten. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
28. Ich musste mich ein oder mehrere Male krank schreiben lassen, weil ich die Probleme an meinem Arbeitsplatz nicht länger hätte ertragen können. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
29. Wenn ich noch lange an diesem Arbeitsplatz bin, werde ich gesundheitliche Schäden davontragen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
30. Auf dem Weg hin zu meiner Arbeitsstelle würde ich am liebsten umdrehen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
31. Am Arbeitsplatz habe ich Probleme im Umgang mit Klienten (oder Patienten, Schülern, Publikum etc.) trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
32. Je näher ich meiner Arbeitstelle komme, desto stärker erlebe ich körperliche Symptome, wie z.B. Zittern, Schwitzen, Herzklopfen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
33. Nach der Arbeit beeile ich mich mehr als andere, bloß schnell von allem dort wegzukommen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
34. In bestimmten Situationen am Arbeitsplatz bekomme ich Panikgefühle. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
35. Ich glaube, dass – egal wie man sich anstrengt - der Arbeitsplatz ständig gefährdet ist. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
36. Bestimmte Situationen bei meiner Arbeit rufen Erinnerungen an frühere unangenehme Arbeitssituationen in mir wach, bei denen ich unruhig werde. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
37. Manchmal habe ich die Vorstellung, meine gesundheitlichen Defizite führen dazu, dass ich meine Arbeit nicht zufriedenstellend ausführe. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
38. Am Arbeitsplatz habe ich Probleme mit einem oder mehreren Vorgesetzten. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
39. Meine Kollegen nutzen mich aus. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
40. Mein Vorgesetzter nutzt mich aus. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
41. Ich habe am Arbeitsplatz einmal ein Schreckliches Erlebnis gehabt, das in meinen Gedanken gegenwärtig bleibt und mich beunruhigt. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

42. Wenn ich mit Kollegen oder Vorgesetzten sprechen muss, befürchte ich, ich könnte körperliche Symptome bekommen, wie z.B. Erröten, Zittern, Herzrasen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
43. Ich mache viele Fehler bei der Arbeit oder bin zu langsam. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
44. Ich fühle mich unsicher, wenn ich mit bestimmten Personen zusammen arbeiten muss. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
45. Ich leide darunter, dass ich ständig im Unklaren gelassen werde, was auf mich zukommt. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
46. Ich bekomme Panik, wenn ich zu einem Gespräch mit meinem Vorgesetzten gerufen werde. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
47. Ich fühle mich unsicher, wenn ich bei meiner meiner Arbeit beobachtet werde. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
48. Während ich arbeite, bin ich ständig auf der Hut, was als nächstes passieren könnte. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
49. Ich werde an diesem Arbeitsplatz absichtlich ausgegrenzt. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
50. Der Stress an meinem Arbeitsplatz ist gesundheitsschädigend. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
51. Mein Vorgesetzter schikaniert mich. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
52. Meine Kollegen schikanieren mich. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
53. Wenn man heute arbeitslos ist oder wird, dann findet man sowieso nie wieder einen Job! trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
54. An meinem Arbeitsplatz bin ich aller Willkür und Ungerechtigkeit ausgeliefert. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
55. Ich befürchte, im Zusammenhang mit betrieblichen Veränderungen (z.B. neue Technologien, Maschinen, neue Vorgesetzte und Kollegen) nicht mehr Schritt halten zu können. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
56. Man hat mir absichtlich besonders schwierige Arbeitsbedingungen geschaffen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
57. Meine Gedanken um Arbeitsprobleme halten mich auch von anderen Erledigungen ab. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
58. Ich habe nachgewiesene gesundheitliche Einschränkungen, die meine Leistungsfähigkeit bei der Arbeit beeinträchtigen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

59. Ich bin für neue Arbeiten nicht genügend qualifiziert. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
60. Ich befürchte, die Kollegen könnten mich wegen meiner gesundheitlichen Einschränkungen nicht für voll nehmen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
61. Ich halte es für wahrscheinlich, dass man heutzutage leicht wegen Fehlzeiten entlassen werden kann. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
62. Am Arbeitsplatz habe ich Probleme mit einem oder mehreren Kollegen oder Kolleginnen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
63. Ich erlebe starke Befindlichkeitsstörungen oder Unbehagen, wenn ich an meinem Arbeitsplatz bin. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
64. Ich erlebe starke Befindlichkeitsstörungen oder Unbehagen, wenn ich an meinen Arbeitsplatz denke. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
65. Erst seit einem bestimmten für mich schwerwiegenden Ereignis habe ich Befindlichkeitsstörungen am Arbeitsplatz. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
66. Mit meinen aktuellen Gesundheitsproblemen kann ich an diesem Arbeitsplatz eigentlich nicht tätig sein. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
67. Ich mache mir ständig Sorgen um Dinge, die Meine Arbeit betreffen. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
68. Ich leide darunter, dass ich die Sorgen um meine Arbeit nicht abstellen kann. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
69. Arbeitslos zu sein bedeutet für mich, mein ganzes Ansehen zu verlieren. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu
70. Der Verlust meines Arbeitsplatzes ist eine starke Bedrohung meiner Existenz. trifft gar nicht zu 0 1 2 3 4 trifft voll zu

## **14. Anhang C:**

### **Job-Angst-Skala: Übersicht über Items, Hauptdimensionen und Subskalen**

## Systematisierung der Items der *Job-Angst-Skala* nach Hauptdimensionen und Subskalen

| Dimension<br>Stimulusbezogene Ängste und Vermeidungsverhalten  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| Stimulusbezogene Angst bzgl. AP<br>generell: Globalitems (2 Items)   | Antizipatorische Ängste<br>(5 Items)  | Phobische Vermeidung<br>(6 Items)  | Konditionierte Angst ( im Sinne<br>PTSD) (4 Items)  |
| (63) Ich erlebe starke Befindlichkeitsstörungen oder Unbehagen, wenn ich an meinem Arbeitsplatz <i>bin</i> .   | (2) Wenn ich an meinen Arbeitsplatz denke, merke ich, wie sich alles in mir anspannt.   | (22) Es kostet mich Überwindung, öffentliche Orte (z.B. örtlicher Supermarkt) aufzusuchen, an denen ich Arbeitskollegen oder Vorgesetzte treffen könnte. | (65) Erst seit einem bestimmten für mich schwerwiegenden Ereignis habe ich Befindlichkeitsstörungen am Arbeitsplatz.                                |
| (64) Ich erlebe starke Befindlichkeitsstörungen oder Unbehagen, wenn ich an meinen Arbeitsplatz <i>denke</i> . | (5) Bei der Vorstellung, an diesem Arbeitsplatz einen kompletten Arbeitstag durchstehen zu müssen, bekomme ich Panikgefühle.                              | (23) Wenn irgend möglich, meide ich es, mich in die Nähe meiner Arbeitsstelle zu begeben.  | (36) Bestimmte Situationen bei meiner Arbeit rufen Erinnerungen an frühere unangenehme Arbeitssituationen in mir wach, bei denen ich unruhig werde. |
|  | (6) In bestimmten Situationen am Arbeitsplatz befürchte ich, ich könnte körperliche Symptome bekommen, wie z.B. Erröten, Zittern, Schwitzen, Herzrasen... | (10) Lieber laufe ich einen Umweg, als dass ich die Straße entlanggehe, in der sich meine Arbeitsstelle befindet.  | (41) Ich habe am Arbeitsplatz einmal ein schreckliches Erlebnis gehabt, das in meinen Gedanken gegenwärtig bleibt und mich beunruhigt.              |
|  | (19) Im Allgemeinen habe ich vor Arbeitstagen einen deutlich schlechteren Schlaf als vor Nicht-Arbeitstagen.  | (28) Ich musste mich ein oder mehrere Male<br>krankschreiben lassen, weil ich die Probleme an meinem Arbeitsplatz nicht länger hätte ertragen können.    | (9) Vor meinem inneren Auge kommen mir oft Erinnerungen hoch an schlimme Erlebnisse am Arbeitsplatz.  |
|  | (48) Während ich arbeite, bin ich ständig auf der Hut, was als nächstes passieren könnte.   | (30) Auf dem Weg hin zu meiner Arbeitsstelle würde ich am liebsten umdrehen.   |   |
|  |   | (33) Nach der Arbeit beeile ich mich mehr als andere, bloß schnell von allem dort wegzukommen.   |   |

| <b>Dimension</b><br><b>Soziale Ängste und</b><br><b>Beeinträchtigungskognitionen</b> | <b>Soziale Ängste</b><br><b>(9 Items)</b>  | <b>Soziale Ängste</b>   | <b>Bedrohungs- und</b><br><b>Beeinträchtigungs-Überzeugungen</b><br><b>(5 Items)</b>   |
|--|--|---|--|
| <b>Ausbeutungsängste</b><br><b>(5 Items)</b>   | <p>(25) Wenn ich bestimmte Kollegen oder Vorgesetzte in meinem Betrieb nur von weitem sehe, versuche ich, ihnen nicht direkt zu begegnen.</p> <p>(26) Wenn ich bestimmte Kollegen oder Vorgesetzte außerhalb meines Betriebes nur von weitem sehe, versuche ich, ihnen nicht direkt zu begegnen.</p> <p>(42) Wenn ich mit Kollegen oder Vorgesetzten sprechen muss, befürchte ich, ich könnte körperliche Symptome bekommen, wie z.B. Erröten, Zittern, Schwitzen, Herzrasen...</p> <p>(44) Ich fühle mich unsicher, wenn ich mit bestimmten Personen zusammen arbeiten muss.</p> <p>(46) Ich bekomme Panik, wenn ich zu einem Gespräch mit meinem Vorgesetzten gerufen werde.</p> <p>(47) Ich fühle mich unsicher, wenn ich bei meiner Arbeit beobachtet werde.</p> | <p>(31) Am Arbeitsplatz habe ich Probleme im Umgang mit Klienten (oder Patienten, Schülern, Publikum etc.)</p> <p>(62) Am Arbeitsplatz habe ich Probleme mit einem oder mehreren Kolleginnen oder Kollegen.</p> <p>(38) Am Arbeitsplatz habe ich Probleme mit einem oder mehreren Vorgesetzten.</p> | <p>(49) Ich werde an diesem Arbeitsplatz absichtlich ausgegrenzt.</p> <p>(51) Mein Vorgesetzter schikaniert mich.</p> <p>(52) Meine Kollegen schikanieren mich.</p> <p>(54) An meinem Arbeitsplatz bin ich aller Willkür und Ungerechtigkeit ausgeliefert.</p> <p>(56) Man hat mir absichtlich besonders schwierige Arbeitsbedingungen geschaffen.</p> |
| (39) Meine Kollegen nutzen mich aus.   |  |   |  |
| (40) Mein Vorgesetzter nutzt mich aus.   |  |   |  |
| (15) Bei der Arbeit bleibt immer alles an mir hängen.                                |  |   |  |
| (27) Die Kollegen schonen sich auf meine Kosten.                                     |  |   |  |
| (24) Bei meiner Arbeit wird man für die verlangte Leistung nicht angemessen bezahlt. |  |   |  |

---

**Dimension****Gesundheits- und körperbezogene Ängste****Hypochondrische Ängste  
(5 Items)**

(21) Meine Arbeit ruiniert mich gesundheitlich.

(29) Wenn ich noch lange an diesem Arbeitsplatz bin, werde ich gesundheitliche Schäden davontragen.

(66) Mit meinen aktuellen Gesundheitsproblemen kann ich an diesem Arbeitsplatz eigentlich nicht tätig sein.

(1) Die Bedingungen am meinem Arbeitsplatz machen mich krank.

(50) Der Stress an meinem Arbeitsplatz ist gesundheitsschädigend.

**Panik und körperliche Symptome (3 Items)**

(7) Ich habe erlebt, dass ich in bestimmten Situationen am Arbeitsplatz körperliche Symptome bekommen habe, wie z.B. Zittern, Schwitzen, Erröten, Herzrasen...

(32) Je näher ich meiner Arbeitstelle komme, desto stärker erlebe ich körperliche Symptome, wie z.B. Zittern, Schwitzen, Herzklopfen.

(34) In bestimmten Situationen am Arbeitsplatz bekomme ich Panikgefühle.

**Gesundheitsängste bzw.  
Funktionsbezogene Ängste  
(2 Items)**

(58) Ich habe nachgewiesene gesundheitliche Einschränkungen, die meine Leistungsfähigkeit bei der Arbeit beeinträchtigen.

(3) Mein gesundheitlicher Zustand macht mir im Arbeitsalltag Probleme.

---

---

**Dimension**  
**Insuffizienzängste**

**Allgemeine Insuffizienzgedanken**  
**(9 Items)**

(11) Ich fühle mich mit meiner Arbeit überfordert.

(12) Meine Arbeitsbedingungen bedeuten für mich negativen Stress.

(18) Die Umstände, unter denen ich arbeite, machen mich unruhig.

(17) Manchmal habe ich das Gefühl, dass mein Wissen für die Arbeit, die ich verrichte, nicht ausreicht.

(43) Ich mache viele Fehler bei der Arbeit oder bin zu langsam.

(59) Ich bin für neue Arbeiten nicht genügend qualifiziert.

(37) Manchmal habe ich die Vorstellung, meine gesundheitlichen Defizite führen dazu, dass ich meine Arbeit nicht zufriedenstellend ausführe.

(8) Die Befindlichkeitsstörungen, die ich am Arbeitsplatz erlebe, schränken meine Leistungsfähigkeit ein.

(60) Ich befürchte, die Kollegen könnten mich wegen meiner gesundheitlichen Einschränkungen nicht für voll nehmen.

**Veränderungsängste**  
**(5 Items)**

(16) Ich weiß nicht, wie ich reagieren soll, wenn ich bei der Arbeit neue Aufgaben übernehmen soll.

(4) Ich leide darunter, dass man bei der Arbeit nie weiß, was als nächstes kommt.

(13) Ich leide darunter, dass man bei der Arbeit nie sicher sein kann, dass nicht alles geändert wird.

(45) Ich leide darunter, dass ich ständig im Unklaren gelassen werde, was auf mich zukommt.

(55) Ich befürchte, im Zusammenhang mit betrieblichen Veränderungen (z.B. neue Technologien, Maschinen, neue Vorgesetzte und Kollegen) nicht mehr Schritt halten zu können.

**Dimension**  
**Arbeitsplatzbezogene Sorgen**

**Sorgen im Sinne**  
**arbeitsplatzbezogener generalisierter**  
**Angst**  
**(5 Items)**

(67) Ich mache mir ständig Sorgen um Dinge, die meine Arbeit betreffen.

(14) Kollegen oder Familienangehörige haben mir schon gesagt, dass ich mir bezüglich meiner Arbeit zu viele Sorgen mache.

(20) Auch in meiner Freizeit bin ich mit meinem Gedanken ständig bei der Arbeit.

(57) Meine Gedanken um Arbeitsprobleme halten mich auch von anderen Erledigungen ab.

(68) Ich leide darunter, dass ich die Sorgen um meine Arbeit nicht abstellen kann.

**Existenzangst**  
**(5 Items)**

(61) Ich halte es für wahrscheinlich, dass man heutzutage leicht wegen Fehlzeiten entlassen werden kann.

(35) Ich glaube, dass – egal wie man sich anstrengt – der Arbeitsplatz ständig gefährdet ist.

(69) Arbeitslos zu sein, bedeutet für mich, mein ganzes Ansehen zu verlieren.

(70) Der Verlust meines Arbeitsplatzes ist/wäre eine starke Bedrohung meiner Existenz.

(53) Wenn man heute arbeitslos ist oder wird, dann findet man sowieso nie wieder einen Job!

---

**Insgesamt:**  
70 Items