Hinweis für den Betrieb – vor dem Ausgeben entfernen: Dieses DIQP-Muster dient der ersten Orientierung und der Vorbereitung einer vertiefenden Beurteilung. Es ist kein validiertes Messinstrument. Wer es als eigenständiges Messinstrument einsetzt, braucht einen Nachweis seiner Eignung für diesen Zweck. Legen Sie vor dem Einsatz fest, wer die Bögen öffnet und auswertet, was Führungskräfte erhalten und wann die Bögen vernichtet werden, und passen Sie die Platzhalter in [ ] an.

MUSTER · STAND NOVEMBER 2026

Beschäftigtenbefragung zur psychischen Belastung bei der Arbeit

Fragebogen als Teil der Gefährdungsbeurteilung nach § 5 ArbSchG · Bearbeitungszeit etwa 10 Minuten

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

wir sind gesetzlich verpflichtet und wollen es auch selbst: Wir prüfen, welche Arbeitsbedingungen bei uns belastend sind und was wir ändern können. Dieser Fragebogen ist Teil der Gefährdungsbeurteilung nach dem Arbeitsschutzgesetz. Es geht um Ihre Arbeit, nicht um Ihre Person oder Ihre Gesundheit.

Die Teilnahme ist freiwillig. Sie geben keinen Namen an. Die ausgefüllten Bögen öffnet und wertet nur [auswertende Stelle] aus. Nur diese Stelle sieht die einzelnen Antworten. Führungskräfte und Geschäftsführung erhalten ausschließlich zusammengefasste Ergebnisse für Gruppen ab [5] Personen. Die Bögen werden nach der Auswertung, spätestens am [Datum], vernichtet.

In kleinen Teams und bei handschriftlichen Antworten lässt sich nicht ganz ausschließen, dass jemand Rückschlüsse zieht. Nennen Sie deshalb bei den offenen Fragen keine Namen und keine Details, an denen man Sie oder andere erkennen kann.

Die Ergebnisse stellen wir Ihnen bis [Datum] vor und erarbeiten gemeinsam Maßnahmen. Bitte antworten Sie so, wie Sie Ihre Arbeit in den letzten drei Monaten erlebt haben. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Bei Fragen wenden Sie sich an [Name, Funktion] oder an den Betriebsrat.

So geht es: Kreuzen Sie bei jeder Aussage genau ein Kästchen an. 1 = trifft gar nicht zu, 2 = trifft eher nicht zu, 3 = teils, teils, 4 = trifft eher zu, 5 = trifft völlig zu, 0 = kann ich nicht beurteilen.

In welchem Bereich arbeiten Sie überwiegend? [ ] [Kundenservice Telefon] [ ] [Lager und Versand] [ ] [Verwaltung und Vertrieb]

A – Arbeitsinhalt und Arbeitsaufgabe

Nr.	Aussage	1	2	3	4	5	0
A1	Ich kann meine Aufgaben von Anfang bis Ende selbst bearbeiten.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A2	Ich kann selbst entscheiden, wie ich bei meiner Arbeit vorgehe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A3	Ich kann die Reihenfolge meiner Aufgaben selbst festlegen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A4	Meine Arbeit ist abwechslungsreich.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A5	Ich erhalte rechtzeitig die Informationen, die ich für meine Arbeit brauche.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A6	Meine Kenntnisse und Fähigkeiten passen zu dem, was meine Tätigkeit verlangt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A7	Ich habe bei der Arbeit mit Situationen zu tun, die mich emotional stark fordern, z. B. verärgerte Kunden oder schwierige Schicksale.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A8	Ich muss bei der Arbeit Gefühle zeigen, die ich nicht empfinde, z. B. freundlich bleiben trotz Beschimpfung.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
A9	Ich erfahre, was aus meiner Arbeit wird, z. B. wie weitergegebene Fälle ausgegangen sind.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

B – Arbeitsorganisation

Nr.	Aussage	1	2	3	4	5	0
B1	Die Arbeitsmenge ist in der vorgesehenen Zeit gut zu schaffen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
B2	Ich arbeite unter Zeitdruck.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
B3	Unterbrechungen und Störungen bringen mich bei der Arbeit aus dem Konzept.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
B4	Ich muss mehrere Aufgaben gleichzeitig erledigen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
B5	Zuständigkeiten und Verantwortung sind in meinem Bereich klar geregelt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
B6	Die Zusammenarbeit mit anderen Abteilungen funktioniert reibungslos.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
B7	Abläufe und Vorgaben ändern sich so kurzfristig, dass ich mich schlecht darauf einstellen kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

C – Arbeitszeit

Nr.	Aussage	1	2	3	4	5	0
C1	Ich schaffe meine Arbeit in der vereinbarten Arbeitszeit, ohne regelmäßig länger zu bleiben.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
C2	Mein Dienst- oder Schichtplan steht früh genug fest, damit ich planen kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
C3	Ich kann meine Pausen wie vorgesehen nehmen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
C4	Zwischen zwei Arbeitstagen habe ich genug Zeit, mich zu erholen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
C5	Von mir wird erwartet, auch außerhalb der Arbeitszeit erreichbar zu sein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
C6	Ich kann bei der Lage meiner Arbeitszeit eigene Wünsche einbringen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

D – Soziale Beziehungen

Nr.	Aussage	1	2	3	4	5	0
D1	Wenn ich sie brauche, bekomme ich Unterstützung von Kolleginnen und Kollegen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
D2	Meine Vorgesetzte oder mein Vorgesetzter unterstützt mich, wenn es schwierig wird.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
D3	Ich bekomme Rückmeldung dazu, wie gut ich meine Arbeit mache.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
D4	In unserem Team gibt es Konflikte, die nicht geklärt werden.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
D5	Ich erlebe bei der Arbeit herabsetzendes oder respektloses Verhalten von Kolleginnen, Kollegen oder Vorgesetzten.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
D6	Ich erlebe bei der Arbeit Beschimpfungen, Drohungen oder Belästigung durch Kunden oder andere Personen von außen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

E – Arbeitsmittel

Nr.	Aussage	1	2	3	4	5	0
E1	Die Software und Geräte, mit denen ich arbeite, sind für meine Aufgaben gut geeignet.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
E2	Technische Störungen wie Ausfälle oder langsame Programme behindern meine Arbeit.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
E3	Ich wurde ausreichend in die Arbeitsmittel eingewiesen, die ich nutze.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

F – Arbeitsumgebung

Nr.	Aussage	1	2	3	4	5	0
F1	Lärm oder Gespräche anderer stören meine Konzentration.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
F2	Temperatur und Luft an meinem Arbeitsplatz sind angenehm.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
F3	Die Beleuchtung an meinem Arbeitsplatz ist gut.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
F4	Mein Arbeitsplatz bietet genug Platz.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
F5	Ich kann Tisch, Stuhl und Bildschirm so einstellen, dass ich bequem arbeiten kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

G – Offene Fragen (bitte keine Namen und keine erkennbaren Details nennen)

G1 Was belastet Sie bei Ihrer Arbeit am meisten?

G2 Was sollte sich aus Ihrer Sicht als Erstes ändern?

Vielen Dank für Ihre Teilnahme!

NUR FÜR DIE AUSWERTENDE STELLE · NICHT AN BESCHÄFTIGTE AUSGEBEN

Hinweise zu Datenschutz und Auswertung

- **Keine personenbezogenen Merkmale:** kein Name, kein Alter, kein Geschlecht, keine Personalnummer. Abgefragt wird nur die Beurteilungseinheit.
- **Wer sieht was:** vorab festlegen und den Beschäftigten mitteilen, wer die Bögen öffnet, wer die Originalantworten sieht (nur die auswertende Stelle), was Führungskräfte erhalten (nur zusammengefasste Ergebnisse) und wann die Bögen vernichtet werden.
- **Mindestgröße:** Auswertung je Einheit nur, wenn mindestens [5] Fragebögen vorliegen. Kleine Einheiten besser in einem moderierten Workshop beurteilen. Einheiten nur zusammenfassen, wenn die Tätigkeiten vergleichbar sind; fachlich unterschiedliche Tätigkeiten bleiben getrennt erkennbar. Die Zahlen werden mit dem Betriebsrat festgelegt.
- **Offene Antworten:** vor der Weitergabe von Namen und erkennbaren Details bereinigen oder nur zusammengefasst berichten.
- **Technik:** Online-Tool ohne Speicherung von IP-Adressen oder Papierurne mit verschlossenen Umschlägen. Rohdaten sieht nur die auswertende Stelle.
- **Information:** Datenschutzhinweis nach Art. 13 DSGVO beifügen; Rechtsgrundlage, Speicherdauer und Löschfrist mit der oder dem Datenschutzbeauftragten abstimmen.

Auswertung in sechs Schritten

1 **Gültige Antworten zählen:** gültig sind nur die Antworten 1 bis 5. Leere Felder, Mehrfachkreuze und Antwort 0 zählen nicht. Liegen für eine Aussage weniger als [4] gültige Antworten vor, auch null, lautet das Ergebnis „keine belastbare Auswertung“. Das Merkmal wird dann im Workshop geklärt.

2 **Anteil kritischer Antworten je Aussage:** kritische Antworten geteilt durch gültige Antworten.

3 **Wert je Merkmal:** Mittelwert der Anteile seiner belastbar ausgewerteten Aussagen. Die Einzelwerte stehen im Bericht immer mit dabei.

4 **Einstufen** (Hinweise zur Prüfung, betriebliche Festlegung, vorab vereinbaren): bis einschließlich 25 % geringer Anteil kritischer Antworten, über 25 bis einschließlich 50 % mittlerer, über 50 % hoher Handlungsbedarf. Ein geringer Anteil ist keine Entwarnung; auch diese Hinweise kommen im Workshop zur Sprache.

5 **Schwere Einzelhinweise unabhängig vom Prozentwert vertraulich prüfen:** jede kritische Antwort zu Belästigung, Bedrohung oder Gewalt (D5, D6), Hinweise auf mögliche Rechtsverstöße wie ausfallende gesetzliche Ruhepausen (C3) oder regelmäßig überlange Arbeitszeiten (C1) sowie entsprechende offene Antworten.

6 **Vertiefen und übertragen:** auffällige Merkmale und offene Antworten im moderierten Workshop besprechen und Ursachen konkret benennen. Befund und Einstufung in die Gefährdungsbeurteilung (Abschnitt A5), Maßnahmen in den Maßnahmenplan (A6). Zur Wirksamkeitskontrolle dieselben Aussagen später erneut stellen.

Rechenbeispiel (fiktiv): 10 gültige Fragebögen. B1 (positiv): 7 × Antwort 1 oder 2 = 70 %. B2 (belastend): 7 × Antwort 4 oder 5 = 70 %. Merkmal Arbeitsintensität = 70 % -> hoher Handlungsbedarf.

Beispiel für einen Einzelhinweis: In einer Einheit mit 5 gültigen Antworten meldet eine Person bei D6 Bedrohung durch Kunden. Das sind 20 %, also ein geringer Anteil. Der Hinweis wird trotzdem nach Schritt 5 vertraulich geprüft.

Zuordnung der Aussagen

Nr.	Merkmal	Richtung	Kritisch sind
A1	Vollständigkeit	positiv (+)	Antwort 1 und 2
A2	Handlungsspielraum	positiv (+)	Antwort 1 und 2
A3	Handlungsspielraum	positiv (+)	Antwort 1 und 2
A4	Abwechslung	positiv (+)	Antwort 1 und 2
A5	Information	positiv (+)	Antwort 1 und 2
A6	Qualifikation	positiv (+)	Antwort 1 und 2
A7	Emotionale Inanspruchnahme	belastend (-)	Antwort 4 und 5
A8	Emotionale Inanspruchnahme	belastend (-)	Antwort 4 und 5
A9	Vollständigkeit (Rückmeldung zum Ergebnis)	positiv (+)	Antwort 1 und 2
B1	Arbeitsintensität	positiv (+)	Antwort 1 und 2
B2	Arbeitsintensität	belastend (-)	Antwort 4 und 5
B3	Störungen, Unterbrechungen	belastend (-)	Antwort 4 und 5
B4	Mehrfachaufgaben	belastend (-)	Antwort 4 und 5
B5	Zuständigkeiten	positiv (+)	Antwort 1 und 2
B6	Kooperation	positiv (+)	Antwort 1 und 2
B7	Kommunikation, Änderungen	belastend (-)	Antwort 4 und 5
C1	Dauer	positiv (+)	Antwort 1 und 2
C2	Planbarkeit	positiv (+)	Antwort 1 und 2
C3	Pausen	positiv (+)	Antwort 1 und 2
C4	Erholung	positiv (+)	Antwort 1 und 2
C5	Erreichbarkeit	belastend (-)	Antwort 4 und 5
C6	Einfluss auf die Lage	positiv (+)	Antwort 1 und 2
D1	Unterstützung Kollegium	positiv (+)	Antwort 1 und 2
D2	Unterstützung Führung	positiv (+)	Antwort 1 und 2
D3	Rückmeldung	positiv (+)	Antwort 1 und 2
D4	Konflikte	belastend (-)	Antwort 4 und 5
D5	Destruktives Verhalten	belastend (-)	Antwort 4 und 5
D6	Verhalten Dritter	belastend (-)	Antwort 4 und 5
E1	Eignung	positiv (+)	Antwort 1 und 2
E2	Technische Störungen	belastend (-)	Antwort 4 und 5
E3	Einweisung	positiv (+)	Antwort 1 und 2
F1	Lärm	belastend (-)	Antwort 4 und 5
F2	Raumklima	positiv (+)	Antwort 1 und 2
F3	Beleuchtung	positiv (+)	Antwort 1 und 2
F4	Platz am Arbeitsplatz	positiv (+)	Antwort 1 und 2
F5	Einstellbarkeit (Ergonomie)	positiv (+)	Antwort 1 und 2

Die 36 Aussagen sind eigens für dieses Muster formuliert und kein validiertes Messinstrument. Wer Vergleichswerte braucht, kann geprüfte Verfahren wie KFZA oder COPSOQ oder die Instrumente der eigenen Berufsgenossenschaft einsetzen. Erläuterungen zum Verfahren: www.diqp.eu/gefaehrdungsbeurteilung-was-ist-das/