

Kopenhagener Psychosozialer Fragebogen (COPSOQ)

Der COPSOQ ist ein validiertes Instrument zur Erfassung psychosozialer Risiken am Arbeitsplatz. Er misst Dimensionen wie Stress, Handlungsspielraum oder soziale Unterstützung. Mit Skalen, die sich an unterschiedliche Kontexte anpassen lassen, identifiziert er Quellen von Belastung oder Wohlbefinden bei der Arbeit. Sein Einsatz erleichtert gezielte Maßnahmen, um die Qualität des Arbeitslebens zu verbessern und Risiken für die psychische Gesundheit vorzubeugen.

Anzahl der Fragen	46 Fragen
Geschätzte Dauer	11 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Copenhagen Psychosocial Questionnaire
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	N. Kristensen, H. Hannerz, K. Borg (2001)
Kategorie	Burnout, Belastung am Arbeitsplatz

Vorschau der 46 Fragen

Kommen Sie mit Ihrer Arbeit in Verzug?

Immer | Oft | Manchmal | Selten | Nie/fast nie

Haben Sie genügend Zeit für Ihre Arbeitsaufgaben?

Immer | Oft | Manchmal | Selten | Nie/fast nie

Arbeiten Sie den ganzen Tag über in hohem Tempo?

In sehr hohem Maß | In hohem Maß | Teilweise | In geringem Maß | In sehr geringem Maß

Ist es notwendig, ständig in hohem Tempo zu arbeiten?

In sehr hohem Maß | In hohem Maß | Teilweise | In geringem Maß | In sehr geringem Maß

Müssen Sie bei Ihrer Arbeit viele Dinge gleichzeitig im Auge behalten?

Immer | Oft | Manchmal | Selten | Nie/fast nie

Auswertung und Interpretation

Die Auswertung des COPSOQ beruht auf einer standardisierten Methodik zur Erfassung psychosozialer Dimensionen bei der Arbeit. Jede Dimension wird durch mehrere Items erfasst, meist auf einer fünfstufigen Likert-Skala (zum Beispiel von „Immer“ bis „Nie“). Zur Berechnung eines Dimensionswerts werden die Itemwerte gemittelt, nachdem positiv formulierte Fragen innerhalb negativer Skalen wie erforderlich invertiert wurden. So muss bei der Dimension „Arbeitsbelastung“ das Item „Haben Sie genügend Zeit?“ vor der Berechnung invertiert werden, da seine positive Formulierung der negativen Ausrichtung der Dimension widerspricht.

Die Rohwerte werden anschließend auf eine Skala von 0 bis 100 transformiert, um Vergleiche zu erleichtern. Die Interpretation hängt von der Art der Dimension ab: Bei negativen Dimensionen (wie Stress oder Arbeitsbelastung) weist ein hoher Wert auf ein erhöhtes Risiko hin, bei positiven Dimensionen (wie Handlungsspielraum oder sozialer Unterstützung) steht er dagegen für eine schützende Ressource.