TICS

Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS)

Das TICS (Trierer Inventar zum chronischen Stress) ist ein Selbstbeurteilungsfragebogen zur Messung verschiedener Aspekte chronischen Stresses in den letzten drei Monaten. Es umfasst mehrere Bereiche wie Arbeitsanforderungen, Überlastung, fehlende Anerkennung und chronische Besorgnis. Das Verfahren wird in Forschung und klinischer Praxis häufig eingesetzt, um eine anhaltende Stressbelastung sowie die damit verbundenen Risiken für die psychische und körperliche Gesundheit einzuschätzen.

Anzahl der Fragen	57 Fragen
Geschätzte Dauer	15 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Trier Inventory for Chronic Stress
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Peter Schulz, Matthias Schlotz (2004)
Kategorie	Stress

Vorschau der 57 Fragen

Wie häufig haben Sie die folgenden Situationen in den letzten 3 Monaten erlebt?

Manchmal werde ich von meinen Sorgen ganz vereinnahmt.

Nie | Selten | Manchmal | Häufig | Immer

Wie häufig haben Sie die folgenden Situationen in den letzten 3 Monaten erlebt?

Ich muss Pflichten erfüllen, gegen die ich mich entschieden sträube.

Nie | Selten | Manchmal | Häufig | Immer

Wie häufig haben Sie die folgenden Situationen in den letzten 3 Monaten erlebt?

Es gibt Situationen, in denen es mir schwerfällt, entgegenkommend zu sein.

Nie | Selten | Manchmal | Häufig | Immer

Wie häufig haben Sie die folgenden Situationen in den letzten 3 Monaten erlebt?

Auseinandersetzungen, in die ich gerate, werden häufig zu dauerhaften Konflikten.

Nie | Selten | Manchmal | Häufig | Immer

Wie häufig haben Sie die folgenden Situationen in den letzten 3 Monaten erlebt?

Ich habe das Gefühl, dass meine Leistung nicht genug anerkannt wird.

Nie | Selten | Manchmal | Häufig | Immer

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer fünfstufigen Likert-Skala von „nie“ bis „sehr häufig“ bewertet. Es gibt 9 Subskalen, die verschiedenen Bereichen chronischen Stresses entsprechen. Die Werte der Subskalen können zu einem Gesamtwert addiert oder getrennt ausgewertet werden, um spezifische Quellen chronischen Stresses zu erkennen.