DUBS

Schaal voor verveling op het werk (DUBS)

De DUBS is een korte zelfrapportageschaal die verveling op het werk meet bij werkende volwassenen. De schaal beoordeelt vooral de subjectieve ervaring van onderstimulerend werk via affectieve, cognitieve en gedragsmatige uitingen van verveling in het werk. Het instrument is vooral nuttig in de arbeids- en organisatiepsychologie om bore-out op te sporen, de kwaliteit van het werkende leven te analyseren, psychosociale risico's te beoordelen en organisatorische of klinische veranderingen te volgen. De meest gebruikte versie berust op een eendimensionale structuur met 6 items die eenvoudig af te nemen is en gemakkelijk kan worden herhaald.

Aantal vragen	6 vragen
Geschatte duur	3 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Dutch Boredom Scale
Doelgroep	Werkende volwassenen
Auteurs	Gaby Reijseger, Wilmar B. Schaufeli, Maria C. W. Peeters, Toon W. Taris, Ilona van Beek, Else Ouweneel (2013)
Categorie	Werkgerelateerde klachten

Voorbeeld van de 6 vragen

Op het werk kruipt de tijd voorbij.

Nooit | Bijna nooit | Af en toe | Regelmatig | Dikwijls | Zeer dikwijls | Altijd

Ik verveel me op mijn werk.

Nooit | Bijna nooit | Af en toe | Regelmatig | Dikwijls | Zeer dikwijls | Altijd

Ik dagdroom tijdens mijn werk.

Nooit | Bijna nooit | Af en toe | Regelmatig | Dikwijls | Zeer dikwijls | Altijd

Als ik werk lijkt het of er geen einde aan de dag komt.

Nooit | Bijna nooit | Af en toe | Regelmatig | Dikwijls | Zeer dikwijls | Altijd

Ik heb de neiging om tijdens mijn werk andere dingen te doen.

Nooit | Bijna nooit | Af en toe | Regelmatig | Dikwijls | Zeer dikwijls | Altijd

Scoring en interpretatie

Scoor elk item volgens de frequentie die de invuller aangeeft. Afhankelijk van de gebruikte versie loopt de antwoordschaal meestal van 0 tot 6 of van 1 tot 5, van nooit tot altijd. Bereken bij voorkeur het gemiddelde van de 6 items, of anders de totale som, en blijf daarbij consistent met de afgenomen versie. Een hogere score wijst op meer verveling op het werk. Er bestaat geen universeel vastgestelde klinische afkapwaarde om een diagnose te stellen. De interpretatie moet daarom dimensioneel zijn en rekening houden met de werkcontext, eventuele vergelijkingen binnen de persoon en, indien beschikbaar, de normen uit de gebruikte studie of bewerking.