

Wuppertaler Screening Instrument Psychische Beanspruchung (WSIB) – Beanspruchungsbilanz und Kontrollerleben als Indikatoren für gesunde Arbeit

Rainer Wieland & Mike Hammes

Bergische Universität Wuppertal

ZUSAMMENFASSUNG

Die Relevanz psychischer Belastung und Beanspruchung sowie ihrer langfristigen Folgen für den Arbeitsschutz und die betriebliche Gesundheitsförderung ist unbestritten. In Unternehmen ist die Bedeutung der zu Grunde liegenden Prozesse für Gesundheit und unternehmerischen Erfolg jedoch weitgehend unbekannt bzw. wegen vorherrschenden Fehlkonzeptionen über das „Psychische“ tabuisiert. Außerdem wird dort das Fehlen ökonomischer und praktikabler Instrumente und Vorgehensweisen beklagt. Mit dem Wuppertaler Screening Instrument Psychische Beanspruchung (WSIB) wird ein Konzept und Instrument vorgestellt, das a) den Kosten- und Nutzen-Aspekt psychischer Beanspruchung berücksichtigt und b) eine systematische ökonomische und praktikable Vorgehensweise bietet. Im Zentrum steht eine Kurzversion der Eigenschaftswörterliste zur Erfassung von Emotionen und Beanspruchung (EEB; Wieland, 2006), bestehend aus neun Items. Dieses Instrument erlaubt die Erfassung der Beanspruchungsbilanz und des Kontrollerlebens und bietet eine Entscheidungsgrundlage für betriebliche Aktivitäten zur Gesundheitsförderung. Im vorliegenden Beitrag wird dieses Instrument hinsichtlich seiner Güte und insbesondere seiner externen Validität in Bezug auf Indikatoren der Gesundheit, Gestaltungsmerkmale des Arbeitsplatzes, Führungsverhalten und gesundheitsbezogene Selbstwirksamkeit überprüft. Außerdem wird über Erfahrungen berichtet, die Aufschluss über die praktische Anwendbarkeit des WSIB geben. Die Befunde lassen den Schluss zu, dass das WSIB eine orientierende arbeitspsychologische Bewertung von Arbeitsplätzen erlaubt und den Anforderungen der Praxis gerecht wird.

Schlüsselwörter

psychische Belastung – psychische Beanspruchung – betriebliche Gesundheitsförderung

ABSTRACT

The relevance of mental stress and strain and their long-term consequences is undisputed for workplace health promotion. In companies the importance of the underlying processes for employee health and business success, however, is largely unknown or taboo because of prevailing misconceptions about psychological issues. In addition, companies are missing economical and practical instruments and procedures. With the Wuppertaler Screening Instrument Psychische Beanspruchung (WSIB) a concept and instrument is presented that a) takes into account the costs and benefits of mental strain and b) provides a systematic economic and viable approach. The core of this concept is a short version of the Eigenschaftswörterliste zur Erfassung von Emotionen und Beanspruchung (EEB; Wieland, 2006), consisting of nine items. This instrument allows to measure strain balance and experience of control and provides a basis for decisions on operational activities for workplace health promotion. In this contribution, this instrument is proved in terms of its quality and in particular of its external validity in terms of health indicators, job characteristics, leadership and health related self-efficacy. We also report on experiences, which provide information on the practical applicability of the WSIB. The findings suggest that the WSIB a) allows exploratory psychological evaluation of resources and stressors at workplace and b) meets practical demands.

Keywords

mental stress – mental strain – workplace health promotion