



SelbstCheck Beschäftigungsfähigkeit

9. Juli 2009

Inhaltsverzeichnis

1 Fragebogen	2
1.1 Kompetenz	2
1.2 Gesundheit am Arbeitsplatz	4
1.3 Gesundheit und Beschwerden	6
1.4 Lernfähigkeit	8
1.5 Integration	10
1.6 (Selbst-)Management	12
1.7 Verantwortung	14

1 Fragebogen

1.1 Kompetenz

Die Dimension 'Kompetenz' behandelt Fragen zu unterschiedlichen Aspekten Ihres Könnens und Wissens. Ein weiterer Abschnitt thematisiert die Übereinstimmung zwischen den an Sie gerichteten fachlichen Anforderungen und Ihren Fähigkeiten. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC01	Ich kann mich in einen neuen Arbeitsbereich mit mir unbekanntem Kolleginnen und Kollegen schnell und gut einleben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC02	Ich tausche mich häufig mit anderen Beschäftigten auch über fachliche Fragen aus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC03	Ich soll vor einer Runde mit Vorgesetzten ein Ergebnis vortragen, das fällt mir leicht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC04	Ich kann komplizierte Dinge klar darstellen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC05	Es fällt mir leicht, anderen zuzuhören und sie ihre Standpunkte darstellen zu lassen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC06	Ich bringe Arbeitsaufgaben auch bei Problemen und Unterbrechungen (z.B. häufige Telefonanrufe oder Maschinenstörungen) zu Ende.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC07	Misserfolge im Arbeitsleben spornen mich an, es erneut zu versuchen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC08	Ich bin in der Lage, gegenüber Vorgesetzten meine Anliegen vorzubringen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC09	Ich kann mich für Aufgaben und Ziele begeistern.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC10	Ich kann gut verschiedene und gleichzeitig anliegende Aufträge organisieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Die Dimension 'Kompetenz' behandelt Fragen zu unterschiedlichen Aspekten Ihres Könnens und Wissens. Ein weiterer Abschnitt thematisiert die Übereinstimmung zwischen den an Sie gerichteten fachlichen Anforderungen und Ihren Fähigkeiten. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC11	Es gelingt mir gut, meine Aufgaben zum besseren Abarbeiten zu sortieren. Dabei werde ich den Anforderungen der Arbeitsabläufe und der Kolleginnen und Kollegen gerecht, z.B. nach Dringlichkeit oder Wichtigkeit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC12	Es fällt mir leicht, neues Wissen aufzunehmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC13	Ich bringe Ideen zur Veränderung und zur Verbesserung an meiner Arbeitsstelle ein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC14	Ich gehe auch mal neue Wege bei der Lösung von Arbeitsaufgaben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC15	Ich kann mich schnell umstellen und umdenken und somit auf veränderte Situationen (z.B. fehlendes Material) reagieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC16	Ich weiß, wie mein Arbeitsergebnis aussehen muss, damit die Kolleginnen und Kollegen damit optimal weiterarbeiten können. Nach diesen Anforderungen richte ich meine Arbeit aus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC17	Bei der Suche nach Lösungen für Probleme ist es mir wichtig, die Standpunkte verschiedener Beteiligter anzuhören und zu berücksichtigen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC18	Die fachlichen Anforderungen, die meine berufliche Tätigkeit an mich stellt, kann ich gut erfüllen. Ich bin weder überfordert noch unterfordert.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC19	Den Anforderungen meiner beruflichen Tätigkeit an Sprachkenntnisse in Schrift und Wort (deutsch und ggf. auch Fremdsprachen) bin ich gut gewachsen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC20	Meine Erfahrungen und mein Wissen werden im Job anerkannt und genutzt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1.2 Gesundheit am Arbeitsplatz

Die Dimension 'Gesundheit am Arbeitsplatz' thematisiert Fragen zu verschiedenen Belastungen am Arbeitsplatz und Merkmale einer gesundheitsfördernden Gestaltung des Arbeitsplatzes. Nicht im Selbst-Check enthalten sind Fragen zum individuellen gesundheitsförderlichen Verhalten. Eine Möglichkeit zur Einschätzung der individuellen Fitness ist der Fitnessstest der BARMER Ersatzkasse aus der Initiative Deutschland bewegt sich. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC21	Ich bin bei der Arbeit starken Beeinträchtigungen (z.B. Hitze, Staub, Lärm) ausgesetzt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC22	Ich verrichte häufig schwere, körperlich belastende Tätigkeiten bei meiner Arbeit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC23	Die Länge und die Verteilung meiner Arbeitszeit empfinde ich als Belastung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC24	Ich fühle mich fit für die Ausführung meiner Arbeitstätigkeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC25	Ich kann mir gut vorstellen, dass ich auch in zehn Jahren in der Lage bin, meinen derzeitigen Job auszuüben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC26	Ich fühle mich bei der Arbeit durch Hektik, Stress und Termindruck belastet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC27	Es kommt häufiger vor, dass ich nicht gut abschalten kann und Probleme aus der Arbeit mit nach Hause nehme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC28	Die Tätigkeiten meiner Arbeit finde ich vielseitig und abwechslungsreich.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC29	Meine Arbeit stellt oft zu hohe Anforderungen an meine Konzentrationsfähigkeit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC30	Die mir für die Ausführung meiner Aufgaben zur Verfügung gestellten Informationen sind unzureichend. Sie sind z.B. unvollständig oder fehlerhaft.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Die Dimension 'Gesundheit am Arbeitsplatz' thematisiert Fragen zu verschiedenen Belastungen am Arbeitsplatz und Merkmale einer gesundheitsfördernden Gestaltung des Arbeitsplatzes. Nicht im Selbst-Check enthalten sind Fragen zum individuellen gesundheitsförderlichen Verhalten. Eine Möglichkeit zur Einschätzung der individuellen Fitness ist der Fitnesstest der BARMER Ersatzkasse aus der Initiative Deutschland bewegt sich. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC31	An meinem Arbeitsplatz erlebe ich mit Kolleginnen, Kollegen und Vorgesetzten Konflikte, die mich belasten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC32	Ich erhalte viel mehr Informationen, als für die Ausführung meiner Arbeit sinnvoll und notwendig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC33	Die Qualität meiner Arbeit kann ich gut selbst beurteilen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC34	An meinem Arbeitsplatz erhalte ich von den Vorgesetzten regelmäßig eine Rückmeldung über die Qualität meiner Arbeit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC35	Die gesundheitsförderlichen Maßnahmen des Unternehmens sind für mich eine gute Unterstützung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC36	Die Unterweisungen meiner Vorgesetzten zur Gesundheitserhaltung und zum Arbeitsschutz helfen mir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC37	Es kommt vor, dass ich auf technische Hilfsmittel zur Arbeitserleichterung (z.B. Podeste, Stehhilfen etc.) verzichte, um mehr Arbeit zu schaffen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC38	Die Möglichkeiten in meinem Unternehmen, das Arbeitsverhältnis an persönliche Bedürfnisse (Elternzeit, Arbeitszeit, Schichtzeit...) anzupassen finde ich gut.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC39	Es gelingt mir bei meiner Arbeit anstrengende und leichte Tätigkeiten zu mischen, um körperlichem und seelischem Verschleiß vorzubeugen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1.3 Gesundheit und Beschwerden

Die Dimension 'Gesundheit und Beschwerden' stellt Fragen zu Ihren gesundheitlichen Beschwerden. Anhand der Ergebnisse können Sie Beeinträchtigungen und ggf. Ursachen aufgrund beruflicher gesundheitlicher Belastungen am Arbeitsplatz erkennen. Tipps

		fast täglich	etwa 2x die Woche	etwa 2x im Monat	etwa 2x im Jahr	fast nie
SC40	Wie oft haben Sie Kopfschmerzen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC41	Wie oft spüren Sie bei geringer Anstrengung Herzklopfen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC42	Wie oft reagiert Ihr Magen empfindlich (Durchfall, Verdauungsbeschwerden...)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC43	Wie oft verspüren Sie Schwindelgefühle?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC44	Wie oft haben Sie Rückenschmerzen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC45	Wie oft fühlen Sie sich schnell müde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC46	Wie oft haben Sie Schmerzen in der Herzgegend?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC47	Wie oft haben Sie Nacken- und/oder Schulterschmerzen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC48	Wie oft haben Sie Konzentrationsstörungen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC49	Wie oft haben Sie Schlafstörungen (beim Ein- oder Durchschlafen)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC50	Wie oft wird Ihnen übel?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Die Dimension 'Gesundheit und Beschwerden' stellt Fragen zu Ihren gesundheitlichen Beschwerden. Anhand der Ergebnisse können Sie Beeinträchtigungen und ggf. Ursachen aufgrund beruflicher gesundheitlicher Belastungen am Arbeitsplatz erkennen. Tipps

		fast täglich	etwa 2x die Woche	etwa 2x im Monat	etwa 2x im Jahr	fast nie
SC51	Wie oft fühlen Sie sich den ganzen Tag müde und zerschlagen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC52	Wie oft haben Sie Gelenkschmerzen/Verkrampfungen (z.B. in Fingern, Händen, Armen)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC53	Wie oft leiden Sie unter Atemnot bei Aufregung?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC54	Wie oft haben Sie Durchblutungsstörungen (Kribbeln, Prickeln, Einschlafen der Gliedmaßen)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC55	Wie oft leiden Sie unter Muskelkrämpfen (z.B. Wadenkrämpfe)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC56	Wie oft leiden Sie unter Augenbeschwerden (Brennen/Rötung der Augen oder Überempfindlichkeit gegen Licht)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC57	Wie oft leiden Sie unter allergischen Reaktionen (z.B. Hautbeschwerden, Schnupfen oder Husten)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC58	Wie oft leiden Sie unter Nervosität (z.B. innere Unruhe, leichte Erregbarkeit)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC59	Wie oft haben Sie Schweißausbrüche oder feuchte Hände?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC60	Wie oft leiden Sie unter Erkältungen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1.4 Lernfähigkeit

Die Dimension 'Lernfähigkeit' behandelt Fragen zu Ihrer Einstellung zum Lernen, zu Lernerfahrungen und zur Bereitschaft, neue Aufgaben zu übernehmen. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC61	Mich reizt es, etwas Neues für die Arbeit zu lernen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC62	Es ist mir wichtig, mich regelmäßig fortzubilden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC63	Mich reizt es, neue Aufgaben zu übernehmen, auch wenn diese im größeren Umfang neue fachliche Anforderungen an mich stellen; und zwar innerhalb meiner Abteilung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC64	Mich reizt es, neue Aufgaben zu übernehmen, auch wenn diese im größeren Umfang neue fachliche Anforderungen an mich stellen; und zwar innerhalb meines Betriebs.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC65	Mich reizt es, neue Aufgaben zu übernehmen, auch wenn diese im größeren Umfang neue fachliche Anforderungen an mich stellen; und zwar außerhalb meines Betriebs.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC66	Ich sehe einen Arbeitsplatzwechsel als Chance.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC67	Ich kann mich an meinem Arbeitsplatz gut selbstständig in Neuerungen einarbeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC68	Mir fällt es schwer, bei Problemen um Unterstützung zu bitten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Die Dimension 'Lernfähigkeit' behandelt Fragen zu Ihrer Einstellung zum Lernen, zu Lernerfahrungen und zur Bereitschaft, neue Aufgaben zu übernehmen. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC69	Ich habe schon an betrieblichen Weiterbildungen teilgenommen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC70	An meinem Arbeitsplatz können sich Jüngere wie Ältere gut weiterbilden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC71	Ich kann neu Erlerntes bei der Arbeit gut umsetzen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC72	Ich kenne aktuelle Trends und zukünftige Anforderungen in meinem Berufsfeld und bleibe diesbezüglich auf dem Laufenden, z.B. durch Fachzeitschriften, den Besuch von Veranstaltungen und/oder das Internet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC73	Ich achte in meinem Beruf darauf, sowohl über spezielle Fähigkeiten als auch über eine breite Palette an Grundlagenfähigkeiten zu verfügen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC74	Ich fühle mich geistig fit, um an einer Fortbildung teilzunehmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC75	Ich kann mir gut vorstellen, in 5-10 Jahren im Betrieb neue Aufgaben zu übernehmen und mich dafür weiterzubilden (neuestes Fachwissen, moderne Verfahren, Computerkenntnisse).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1.5 Integration

Die Dimension 'Integration' behandelt Fragen dazu, wie stark Ihre sozialen Bindungen im Arbeits- und Privatleben sind und in welchen Bereichen Sie diese weiterentwickeln. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC76	Ich habe einen großen Freundes- und Bekanntenkreis.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC77	Ich kann mir vorstellen, dass Freunde oder Bekannte mir einmal bei der Suche nach einem neuen Job hilfreich sein könnten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC78	Andere Kolleginnen und Kollegen fragen mich oft um Rat.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC79	Mir macht es Freude, neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einzuarbeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC80	Es ist mir wichtig, Wissen oder fachliche Fertigkeiten an alle Gruppen im Betrieb (Ältere, Jüngere, Migranten...) weiterzugeben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC81	Ich kann gut mit anderen Meinungen und Einstellungen umgehen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC82	Es fällt mir schwer, mit meinen Kolleginnen und Kollegen Meinungsverschiedenheiten auszutragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC83	Ich kann gut mit Kolleginnen und Kollegen Abmachungen treffen und planen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Stellen Sie sich vor, Sie arbeiten in einem Team mit verschiedenen leistungsfähigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, und Ihre Bezahlung richtet sich nach dem Arbeitsergebnis der Gruppe.					
SC84	Ich kann mir gut vorstellen, in so einer Gruppe zu arbeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC85	In einer solchen Situation wirke ich darauf hin, dass im Team verbindliche Absprachen zu den Arbeitsergebnissen und zur Vermeidung von Fehlern getroffen werden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Die Dimension 'Integration' behandelt Fragen dazu, wie stark Ihre sozialen Bindungen im Arbeits- und Privatleben sind und in welchen Bereichen Sie diese weiterentwickeln. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
	Inwieweit stimmen Sie folgenden Aussagen zu:					
SC86	Schwächen und Stärken von Mitgliedern eines Teams ergänzen sich. Das hat einen positiven Einfluss auf die Arbeitsergebnisse des gesamten Teams.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC87	Ich erkenne es, wenn Kolleginnen und Kollegen Schwierigkeiten haben, und biete Ihnen meine Unterstützung an.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC88	Es fällt mir schwer, von meinen Kolleginnen und Kollegen Hilfe anzunehmen oder sie um Rat zu bitten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC89	Die gegenseitige Unterstützung der Kolleginnen und Kollegen in meiner Abteilung bzw. in meinem Arbeitsbereich ist gut.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC90	Ich trage zu einem guten Arbeitsklima in meinem Unternehmen bei.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC91	Ich kann gut mit anderen zusammenarbeiten. Das gilt für alle Gruppen im Betrieb (Ältere, Jüngere, Migranten...).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC92	Ich betrachte die Vielfalt in einer Belegschaft als einen Gewinn für das Unternehmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC93	Ich bemühe mich in meinem Unternehmen um eine Wertschätzung und Anerkennung aller Beschäftigtengruppen (Ältere, Jüngere, Migranten...).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1.6 (Selbst-)Management

Die Dimension '(Selbst-)Management' behandelt Fragen dazu, wie gut es Ihnen gelingt, berufliche Anforderungen und Privates miteinander zu vereinbaren. Hierzu werden Merkmale wie z.B. Pendelbereitschaft und die Zufriedenheit mit dem Umfang der zeitlichen Belastung durch die Arbeit bearbeitet.

Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC94	Ich habe Möglichkeiten, meine Arbeitszeit auf meine privaten Bedürfnisse abzustimmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC95	Es gelingt mir in meinem Job, genug Zeit für Pausen und Erholung zu finden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC96	Ich habe in meinem Job genug Zeit für Familie, Freunde und Freizeit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC97	Zeitweilige Belastung am Arbeitsplatz empfinde ich nicht als bedrückend.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC98	Mir fällt es leicht einzuschätzen, wie ich mich zwischen meinen Zielen im Beruf und in der Freizeit entscheiden muss.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC99	Kurze Fahrzeiten zum Arbeitsplatz sind mir sehr wichtig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Die Dimension '(Selbst-)Management' behandelt Fragen dazu, wie gut es Ihnen gelingt, berufliche Anforderungen und Privates miteinander zu vereinbaren. Hierzu werden Merkmale wie z.B. Pendelbereitschaft und die Zufriedenheit mit dem Umfang der zeitlichen Belastung durch die Arbeit bearbeitet.
Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC100	Für einen interessanten Arbeitsplatz bin ich bereit, längere Fahrzeiten, d.h. auch mehr als eine Stunde pro Strecke, in Kauf zu nehmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC101	Mir fällt es schwer, kurzfristig angesetzte Überstunden zu leisten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC102	Ein flexibles Arbeitszeitmodell, z.B. Gleitzeit, entspricht meinen Vorstellungen einer wünschenswerten Arbeitszeitgestaltung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC103	Es fällt mir schwer, je nach Bedarf des Betriebs mehr oder weniger zu arbeiten. Dies gilt auch, falls eine Betriebsvereinbarung das Ausmaß von Mehr- bzw. Minderarbeit in Grenzen hält.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC104	Ich kann mir vorstellen, mit unregelmäßigen Arbeitszeiten zu arbeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC105	Ich finde es gut, bis zum Rentenalter in Beschäftigung zu bleiben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1.7 Verantwortung

Die Dimension 'Verantwortung' behandelt Fragen zu Ihrer Einstellung zur Eigenverantwortung am Arbeitsplatz und zur Bereitschaft zur Weiterbildung. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC106	Ich gestalte meine Arbeitsschritte selbst.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC107	Ich nutze die Handlungsspielräume zur Gestaltung meines Arbeitsplatzes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC108	Für meine berufliche Zukunftsplanung bin ich vor allem selbst verantwortlich.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC109	An meinem jetzigen Arbeitsplatz fordere ich Möglichkeiten zur Weiterbildung ein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC110	Freiräume und Angebote zur beruflichen Weiterbildung durch meinen Arbeitgeber nutze ich.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC111	Mir ist es sehr wichtig, dass routinierte Arbeitsabläufe meine Arbeit bestimmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Die Dimension 'Verantwortung' behandelt Fragen zu Ihrer Einstellung zur Eigenverantwortung am Arbeitsplatz und zur Bereitschaft zur Weiterbildung. Tipps

		trifft zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft nicht zu
SC112	Ich übernehme gegenüber meinen Kolleginnen und Kollegen sowie meinem Vorgesetzten Verantwortung für mein Arbeitsumfeld.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC113	Ich bin mir bewusst, was meine Arbeit zum Unternehmenserfolg beiträgt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC114	Ich habe Ideen zu meiner beruflichen Zukunft und arbeite daran, sie umzusetzen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC115	Ich bin bereit, mich auch in meiner Freizeit fortzubilden, wenn ich mir dadurch andere berufliche Möglichkeiten schaffen kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC116	Ich bin bereit, einen finanziellen Eigenanteil für Fortbildungen zu übernehmen, wenn ich dadurch die Möglichkeit habe, eine höher qualifizierte Arbeit zu bekommen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SC117	Es ist mir wichtig, Mitverantwortung für den Unternehmenserfolg zu übernehmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>