



**„Arbeiten im Homeoffice“ (AiH)
Skala zur Erfassung der psychischen Belastungsfaktoren**

GKM

Institut für Gesundheits- & Arbeitspsychologie
Prof. Dr. Surma

Das Urheberrecht des Verfahrens liegt bei Frau Prof. Dr. Surma.
Das Verfahren darf im Rahmen von Trainings und im Rahmen der wissenschaftlichen
Forschung kostenfrei eingesetzt werden.
Unternehmen, die das Verfahren im Rahmen von Mitarbeiterbefragungen einsetzen
möchten, wenden sich bitte wegen der Nutzungsrechte an silke.surma@bgm-surma.de.

Vielen Dank,

dass Sie sich die Zeit nehmen, die folgenden Fragen zu beantworten. Das Ausfüllen des Fragebogens wird etwa 15 Minuten in Anspruch nehmen.

1. Wie viele Stunden pro Woche arbeiten Sie durchschnittlich im **Homeoffice**? _____ h / Woche

2. Wie viele Stunden pro Woche arbeiten Sie durchschnittlich insgesamt? _____ h / Woche

3. Leben Sie allein? Nein

Ja

4. Leben in Ihrem Haushalt Personen, die Sie betreuen (Kinder/Angehörige)?

Nein

Ja

2

Wenn Sie Personen in Ihrem Haushalt betreuen, wie stark ist die psychische Belastung durch die Betreuung?

sehr stark

eher stark

mittelmäßig

eher gering

sehr gering

5. In Ihrer jetzigen Position sind Sie?

MitarbeiterIn

Führungskraft

Bei den Fragen kommt es uns auf Ihre subjektiven Einschätzungen an, d.h. es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Bitte beantworten Sie alle Fragen zügig und vertrauen Sie dabei Ihrem spontanen Urteil.

Arbeitsumgebung / Arbeitsmittel

	Trifft gar nicht zu						Trifft voll und ganz zu
	0	1	2	3	4	5	
1. An meinem Arbeitsplatz im Homeoffice gibt es störende Umgebungsgeräusche.	0	1	2	3	4	5	
2. Mein Homeoffice-Arbeitsplatz ist ergonomisch gestaltet (Schreibtisch, Bürostuhl etc.).	0	1	2	3	4	5	
3. Die technische Ausstattung (PC, Laptop) funktioniert störungsfrei.	0	1	2	3	4	5	
4. Die technische Ausstattung ist so, dass ich meine Arbeitsaufgaben gut erledigen kann.	0	1	2	3	4	5	
5. Im Homeoffice arbeite ich räumlich sehr beengt.	0	1	2	3	4	5	
6. Aufgrund einer schlechten Internetqualität werde ich bei meiner Arbeit häufig unterbrochen.	0	1	2	3	4	5	
7. Meine Internetverbindung ist stabil.	0	1	2	3	4	5	
8. Meine Internetverbindung ist schnell genug.	0	1	2	3	4	5	
9. Das Intranet meiner Organisation ist übersichtlich gestaltet.	0	1	2	3	4	5	
10. Es gibt regelmäßig Störungen im Intranet meiner Organisation.	0	1	2	3	4	5	
11. Das Intranet meiner Organisation erleichtert die Zusammenarbeit.	0	1	2	3	4	5	

Arbeitsinhalte

	Trifft gar nicht zu						Trifft voll und ganz zu
12. Das digitale Arbeiten im Homeoffice erhöht die Komplexität meiner Tätigkeit.	0	1	2	3	4	5	
13. Das digitale Arbeiten im Homeoffice erfordert mehr Zeit für die Organisation meiner Aufgaben.	0	1	2	3	4	5	
14. Das digitale Arbeiten im Homeoffice ist monoton.	0	1	2	3	4	5	
15. Durch das digitale Arbeiten im Homeoffice haben sich meine Arbeitsaufgaben verändert.	0	1	2	3	4	5	
16. Ich muss mehr Aufgaben erledigen, weil die digitalen Technologien zunehmend komplexer werden.	0	1	2	3	4	5	

Technischer Support

	Trifft gar nicht zu						Trifft voll und ganz zu
17. Bei Problemen mit der Soft- oder Hardware weiß ich, an wen ich mich wenden kann.	0	1	2	3	4	5	
18. Ich bekomme zeitnah Hilfe bei Soft- oder Hardwareproblemen.	0	1	2	3	4	5	
19. Ich bekomme kompetente Hilfe bei Soft- oder Hardwareproblemen.	0	1	2	3	4	5	
20. Es ist sehr aufwendig für mich, technische Unterstützung zu bekommen.	0	1	2	3	4	5	

Arbeitsorganisation im Homeoffice

	Trifft gar nicht zu						Trifft voll und ganz zu
21. Das digitale Arbeiten im Homeoffice führt zu Arbeitsverdichtung (mehr Arbeit bei weniger Zeit).	0	1	2	3	4	5	
22. Ich mache regelmäßig Pausen.	0	1	2	3	4	5	
23. Ich arbeite im Homeoffice mehr Stunden als im Büro.	0	1	2	3	4	5	
24. Bei meiner Arbeit werde ich häufig unterbrochen.	0	1	2	3	4	5	

25.	Ich arbeite häufig außerhalb der regulären Arbeitszeiten.	0	1	2	3	4	5
26.	Meine Tätigkeit lässt genügend Spielräume und Selbstbestimmung zu (z. B. Einteilung der Arbeit, Arbeitsschritte etc.).	0	1	2	3	4	5
27.	Ich weiß, für welche Arbeitsaufgaben ich verantwortlich bin.	0	1	2	3	4	5
28.	Mir fehlen häufig wichtige Informationen, um meine Arbeit erledigen zu können.	0	1	2	3	4	5

Teamklima / Zusammenarbeit

Trifft gar nicht zu  Trifft voll und ganz zu

29.	Die digitale Zusammenarbeit mit den Kollegen funktioniert gut.	0	1	2	3	4	5
30.	Die digitale Zusammenarbeit mit den Kollegen verursacht Konflikte.	0	1	2	3	4	5
31.	Mir fehlt das soziale Miteinander.	0	1	2	3	4	5
32.	Es gibt zu viele digitale Teambesprechungen.	0	1	2	3	4	5
33.	Die digitalen Teambesprechungen empfinde ich als wichtig.	0	1	2	3	4	5
34.	Die digitalen Teambesprechung helfen mir dabei, meine Arbeitsaufgaben erledigen zu können.	0	1	2	3	4	5
35.	Ich fühle mich häufig sozial isoliert.	0	1	2	3	4	5

Vorgesetztenverhalten

Trifft gar nicht zu  Trifft voll und ganz zu

36.	Mein(e) Vorgesetzte(r) ist für mich auch im Homeoffice gut erreichbar.	0	1	2	3	4	5
37.	Mein(e) Vorgesetzte(r) gibt mir genügend Feedback über meine Arbeit.	0	1	2	3	4	5
38.	Mein(e) Vorgesetzte(r) informiert mich hinreichend.	0	1	2	3	4	5