

# Psychologische Diagnostik von Belastung, Stress, Burnout und deren Bewältigung

Gabriele Helga Franke  
Vorgetragen von Susanne Jäger

Hochschule Magdeburg-Stendal (FH)  
Studiengänge Rehabilitationspsychologie

Erkner am Samstag, dem 22.11.2008 9.00-9.40h

## Psychodiagnostische Forschung in der Rehabilitationspsychologie

- Gruppenstatistik
- Fokus auf psychodiagnostische Verfahren
  - Psychometrie
- Fokus auf spezielle Patientengruppen
  - Orthopädie
  - Kardiologie
  - Onkologie
  - Etc.

## Psychodiagnostische Praxis in der Rehabilitationspsychologie

- Individuumszentriert
- Stehen wirklich 25% der Arbeitszeit für psychodiagnostisches Arbeiten zur Verfügung?
- Begrenzte finanzielle Mittel zur Anschaffung psychodiagnostischer Verfahren
- Wunsch nach Verbesserung der Praxis

# Persönliche Vorbemerkungen

# GLIEDERUNG

Psychologische Diagnostik von Belastung, Stress,  
Burnout und deren Bewältigung

1. Einleitung
2. Stresstheorien
3. Erfassung von Stressoren
4. Erfassung der Stressbewältigung
5. Erfassung der Krankheitsbewältigung
6. Diskussion

Psychologische Diagnostik von Belastung, Stress, Burnout  
und deren Bewältigung

# I. EINLEITUNG



## Alltagssprache

- „Stress“ kann für die verschiedensten Anforderungen des modernen Lebens stehen, die „Stress“ verursachen können
- „Stress“ dient als schnelle Erklärung für unterschiedliche Störungen der psychischen und physischen Gesundheit

## Fachsprache

- Stress = Muster spezifischer + unspezifischer psychischer + physischer Reaktionen des Körpers auf interne /externe Reize, die das Gleichgewicht stören + die Fähigkeit zur Bewältigung strapazieren /überschreiten + eine Anpassungsleistung verlangen

**STRESS**

# DIAGNOSTIK

Strukturierung des Themas

- Zur Erfassung von Belastung und Bewältigung können wir auf verschiedene psychodiagnostische Verfahren zurückgreifen
- Wie diagnostizieren wir aber
  - Stress und
  - Burnout?

# ICD-10 Z73-Probleme mit Bezug auf Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung

**Exkl.:** Probleme mit Bezug auf sozioökonomische oder psychosoziale Umstände (Z55-Z65)

- **Z73.0 Ausgebranntsein** Burn-out,-Syndrom; Zustand der totalen Erschöpfung
- **Z73.1 Akzentuierung von Persönlichkeitszügen** Typ-A-Verhalten (Verhaltensmuster, das durch zügellosen Ehrgeiz, starkes Erfolgsstreben, Ungeduld, Konkurrenzdenken und Druckgefühl charakterisiert ist)
- **Z73.2 Mangel an Entspannung oder Freizeit**
- **Z73.3 Stress, anderenorts nicht klassifiziert** Körperliche oder psychische Belastung o.n.A.  
**Exkl.:** Mit Bezug auf Berufstätigkeit oder Arbeitslosigkeit (Z56.-)
- **Z73.4 Unzulängliche soziale Fähigkeiten, anderenorts nicht klassifiziert**
- **Z73.5 Sozialer Rollenkonflikt, anderenorts nicht klassifiziert**
- **Z73.6 Einschränkung von Aktivitäten durch Behinderung**  
**Exkl.:** Pflegebedürftigkeit (Z74.-)
- **Z73.8 Sonstige Probleme mit Bezug auf die Lebensbewältigung**
- **Z73.9 Problem mit Bezug auf die Lebensbewältigung, nicht näher bezeichnet**

# ICD-10 Z56-Probleme mit Bezug auf Berufstätigkeit oder Arbeitslosigkeit

**Exkl.:** Berufliche Exposition gegenüber Risikofaktoren (Z57.-)

Probleme mit Bezug auf die Wohnbedingungen oder die wirtschaftlichen Verhältnisse (Z59.-)

- **Z56.0 Arbeitslosigkeit, nicht näher bezeichnet**
- **Z56.1 Arbeitsplatzwechsel**
- **Z56.2 Drohender Arbeitsplatzverlust**
- **Z56.3 Belastende Einteilung der Arbeitszeit** Schichtarbeit
- **Z56.4 Unstimmigkeit mit Vorgesetzten oder Arbeitskollegen**
- **Z56.5 Nicht zusagende Arbeit** Schwierige Arbeitsbedingungen
- **Z56.6 Andere physische oder psychische Belastung im Zusammenhang mit der Arbeit**
- **Z56.7 Sonstige oder nicht näher bezeichnete Probleme mit Bezug auf die Berufstätigkeit**

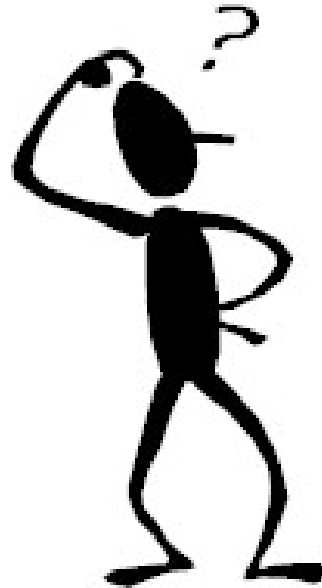


# Burnout und Stress

- Werden im ICD-10 unter Z kodiert
- Stress  $\Rightarrow$  körperliche oder psychische Belastung
- Burnout  $\Rightarrow$  totale Erschöpfung
- Wichtig scheint die Differenzierung in berufsbedingt oder nicht berufsbedingt zu sein
- Wie kommen wir zu einer sach- und fachlich zeitgemäßen Diagnostik?

Psychologische Diagnostik von Belastung, Stress, Burnout  
und deren Bewältigung

## 2. STRESSTHEORIEN



## 2. STRESSTHEORIEN

Was ist Stress?

- Stress  $\Rightarrow$  psychophysischer Zustand der Abweichung vom Gleichgewicht (Homöostase), der auf routinemäßigem Weg nicht kompensiert werden kann
- Der Organismus strebt immer nach Homöostase, ist aber ein offenes System und somit störanfällig für Änderungen der Außenwelt

## 2. STRESSTHEORIEN

Canon, 1929

- Starke, plötzliche oder neuartige Störungen in der Umwelt (Stressoren) verursachen eine unspezifische Notfallreaktion ⇒ Stressreaktion
- Die Stressreaktion ermöglicht ein unspezifisches Aktivierungsprogramm zur flexiblen Bewältigung ⇒ evolutionsbiologischer Vorteil

## 2.A REAKTIONSBEZOGENE SICHTWEISE

Canon, 1929

- Notfallreaktion  
⇒ Stressreaktion führt bei mittel- bis langfristiger Beanspruchung zu gesundheitlichem Risiko
- Aktivierung des sympathischen und Hemmung des parasympathischen Systems  
⇒ fight or flight

## 2.A REAKTIONSBEZOGENE SICHTWEISE

Selye, 1981

- Allgemeines Adaptationssyndrom  
⇒ zeitliche Abfolge der immer gleichen körperlichen Reaktionsphasen

⇒ Alarmreaktion



⇒ Resistenzphase



⇒ Erschöpfungsphase

## 2.A REAKTIONSBEZOGENE SICHTWEISE

McEwen, 2005

Schulz, Heesen & Gold, 2005

- Heute werden 10 biomedizinische Parameter gemessen, um die Stressreaktion zu erfassen: Blutdruck, Body Mass Index, Cholesterin, Cortisol, Epinephrin, etc.  $\Rightarrow$  **Allostatic Load**
- Stressmediatoren und ihre Folgen in der Reaktionskaskade sind in einem nicht-linearen Netzwerk verbunden



(Schulz, Heesen & Gold, 2005, S. 454)



## 2.A REAKTIONSBEZOGENE SICHTWEISE

### SCHLUSSFOLGERUNGEN

- Reaktionsbezogene Diagnostik findet im Labor statt, ist sehr kostspielig und lässt sich auch mittelfristig nicht in die Klinik integrieren.
- Weiterhin lassen reaktionsbezogene Ansätze die subjektive Komponente des Stressprozesses unberücksichtigt.

## 2.B SITUATIONSBEZOGENE UND SOZIAL-EPIDEMIOLOGISCHE ANSÄTZE

Holmes & Rahe, 1967

Hobson et al., 1998

Franke, Schütte & Heiligenhaus, 2005

- Betrachten die Stressoren, d.h. Art und Umfang kritischer Lebensereignisse oder alltäglich belastender Dinge, die in großem Umfang Anpassungsleistungen und persönliche Umorientierung erfordern
- Reizzentrierte Stressmodelle definieren Stimuli als Stressoren, die überindividuell Stressreaktionen hervorrufen

## 2.B SITUATIONSBEZOGENE UND SOZIAL-EPIDEMIOLOGISCHE ANSÄTZE

Holmes & Rahe, 1967

Hobson et al., 1998

Franke, Schütte & Heiligenhaus, 2005

- Social Readjustment Rating Scale
- SRRS, Holmes & Rahe, 1967
- SRRS-R, Modifikation von Hobson et al., 1998
- Retrospektive Erfassung kritischer Lebensereignisse, die im Vorfeld einer Erkrankung aufgetreten sind

## 2.B SITUATIONSBEZOGENE UND SOZIAL-EPIDEMIOLOGISCHE ANSÄTZE

Holmes & Rahe, 1967

Hobson et al., 1998

Franke, Schütte & Heiligenhaus, 2005

- Diese Verfahren sind mit verschiedenen methodischen Problemen behaftet und führen nur zu statistisch schwachen Effekten
- Diese Checklisten eignen sich zur ökonomischen Erfassung kritischer Lebensereignisse im Forschungskontext – nicht unbedingt zur Individualdiagnostik

## 2.C TRANSAKTIONALE SICHTWEISEN

Lazarus & Folkman, 1984

- Coping are „constantly changing cognitive and behavioral efforts to manage specific external and / or internal demands that are appraised as taxing or exceeding the resource of the person“ (p. 141)
- Transaktionaler Ansatz, prozesshaft
- Bis heute aktuellste Coping-Modell

## 2.C TRANSAKTIONALE SICHTWEISEN

Lazarus & Folkman, 1984

- Prozesshafte, bidirektionale Beziehung zwischen Umwelt- und Personenvariablen
- Kognitive Bewertungsprozesse sind zentral bei der Adaptation des Einzelnen
- Kognitionen beziehen sich auf die Emotionsregulation oder die handelnde Bewältigung

## 2.C TRANSAKTIONALE SICHTWEISEN

Lazarus & Folkman, 1984

- Situation und Coping beeinflussen sich ständig wechselseitig
- Traits nehmen Einfluss auf die Art der Bewältigung, z.B. können sie stressvermindernd wirken
- Traits wirken aber immer nur im Zusammenhang mit States - Prozess

## 2.C TRANSAKTIONALE SICHTWEISEN

Lazarus & Folkman, 1984

- Coping ist immer die Reaktion auf Belastungen, die als Stress erlebt werden
- Stress und Coping sind in der transaktionalen Sichtweise miteinander verbunden
- Nur als stresshaft erlebte Situationen erfordern Bemühungen, auf sie zu reagieren und mit ihnen umzugehen



Psychologische Diagnostik von Belastung, Stress, Burnout  
und deren Bewältigung

### 3. ERFASSUNG VON STRESSOREN



# 3. Erfassung von Stressoren

## 3.A Kritische Lebensereignisse

Name	Leipziger Ereignis- und Belastungsinventar
Abkürzung	LEBI
Autoren	Richter & Guthke, 1996
Verlag	Göttingen: Hogrefe
Kosten	99,-- €
Materialien	Handanweisung, 5 Interviewhefte, 5 Sätze Auswertungsblätter, Kodierleitfaden, Kartensatz und Schachtel
t (Erhebung)	45 min., variiert jedoch stark in Abhängigkeit von der Anzahl der angegebenen Lebensereignisse und vom Umfang der erfragten Skalen und Attribute
t (Auswertung)	45-60 min.

# 3. Erfassung von Stressoren

## 3.A Kritische Lebensereignisse

Name	Leipziger Ereignis- und Belastungsinventar
Einsatzbereich	Erwachsene im Alter zwischen 18 und 60 Jahren. Medizinpsychologische Diagnostik, Rehabilitations- und Kureinrichtungen, psychologische Studierendenberatung, Biographieforschung.
Beschreibung	Teil 1: 50 Lebensereignisse und Belastungen, die hinsichtlich des Zeitraumes des Auftretens, der erlebten subjektiven Belastung, der Kontrollierbarkeit und Vorhersagbarkeit bzw. auch erhaltener sozialer Unterstützung eingeschätzt werden sollen. Teil 2: Erfassung und Gewichtung von 16 Lebenszielen und -werten. Teil 3: es soll jedem Lebensereignis, welches vorher vom Klienten angegeben wurde, dasjenige Lebensziel zugeordnet werden, welches durch den Eintritt des Lebensereignisses am meisten beeinträchtigt wurde

# 3. Erfassung von Stressoren

## 3.A Kritische Lebensereignisse

Name	Leipziger Ereignis- und Belastungsinventar
Positive Bewertung	+ das Verfahren hilft, biographische Informationen zu ordnen
Kritische Bewertung	- Es werden keine Auswertungs- und Interpretationshilfen zur Verfügung gestellt
Kritische Bewertung	- Relativ hoher Zeitaufwand für Durchführung und Auswertung (Aymanns & Filipp, 1997, S. 265)
Zusammenfassung	Für die Individualdiagnostik geeignet, der Zeitaufwand ist allerdings sehr hoch

# 3. Erfassung von Stressoren

## 3.B Chronischer Stress

Name	Trierer Inventar zum chronischen Stress
Abkürzung	TICS
Autoren	Schulz, Schlotz & Becker, 2004
Verlag	Göttingen: Hogrefe
Kosten	56,-- €
Materialien	Manual, 10 Fragebogen, 10 Fragebogen SSCS, 10 Auswertungsbogen und Mappe
t (Erhebung)	10-15min, Screening 3 min.
t (Auswertung)	10 min.

# 3. Erfassung von Stressoren

## 3.B Chronischer Stress

Name	Trierer Inventar zum chronischen Stress
Einsatzbereich	16 Jahren bis ins hohe Lebensalter Stressforschung, Medizinische Psychologie, Gesundheitswissenschaften, Epidemiologie, Arbeitsmedizin, Klinische und Rehabilitationspsychologie, Psychobiologie, Arbeits- und Organisationspsychologie (Organisationsdiagnostik, -beratung und -entwicklung), Personalentwicklung und Berufsberatung.
Beschreibung	57 Items mit Häufigkeitsangaben

# 3. Erfassung von Stressoren

## 3.B Chronischer Stress

Name	Trierer Inventar zum chronischen Stress
Beschreibung	<p>(1) Stress wg. hoher Anforderungen - Arbeitsüberlastung, soziale Überlastung, Erfolgsdruck</p> <p>(2) Stress wg. Mangel an Bedürfnisbefriedigung - Arbeitsunzufriedenheit, Überforderung bei der Arbeit, Mangel an sozialer Anerkennung, soziale Spannungen, soziale Isolation</p> <p>(3) Stress wg. Chronischer Besorgnis - chronische Besorgnis, Ausmaß an Sorgen</p> <p>(4) Chronischer Stress (Screening-Skala)</p>

# 3. Erfassung von Stressoren

## 3.B Chronischer Stress

Name	Trierer Inventar zum chronischen Stress
Positive Bewertung	+ psychometrisch sowohl nach klassischer als auch nach probabilistischer Testtheorie geprüft
Positive Bewertung	+ gute Reliabilität, belegte divergente und konvergente Validität + praktikable Screening-Version
Zusammenfassung	Überzeugend Für die Individualdiagnostik sehr gut geeignet



Psychologische Diagnostik von Belastung, Stress, Burnout  
und deren Bewältigung



## **4. ERFASSUNG DER STRESSBEWÄLTIGUNG**

# 4. Erfassung der Stressbewältigung

## 4.A Stressverarbeitung: zeitlich überdauernde Persönlichkeitseigenschaft

Name	Stressverarbeitungsfragebogen
Abkürzung	SVF
Autoren	Janke, Erdmann & Kallus, 2002
Verlag	Göttingen: Hogrefe
Kosten	SVF-120 = 44,-- €, SVF-78 = 42,-- €
Materialien	Pro Verfahren: Beschreibung, 5 Fragebogen, 5 Profilblätter Rohwerte, 5 Profilblätter Standardwerte, 5 Auswertungsblätter und Mappe
t (Erhebung)	10-15 min.
t (Auswertung)	15 min.

# 4. Erfassung der Stressbewältigung

## 4.A Stressverarbeitung: zeitlich überdauernde Persönlichkeitseigenschaft

Name	Stressverarbeitungsfragebogen
Einsatzbereich	20 bis 79 Jahre. Verwendung in der Stressforschung, insbesondere der klinisch-psychologischen Forschung
Beschreibung	Stressverarbeitung als situationsübergreifende und zeitlich überdauernde, mittelfristig stabiler TRAIT 20 Skalen – positive und negative Bewertung
Kritische Bewertung	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bewertung der Skalen nicht empirisch gestützt</li><li>- Skalenzuordnung der Items auf Handbuchebene nicht geprüft</li><li>- Normstichprobe zu klein (N=384)</li><li>- Weiterentwicklung der konzeptuellen Grundlagen wünschenswert</li></ul>

# 4. Erfassung der Stressbewältigung

## 4.B Stressverarbeitung im Verlauf

Name	Fragebogen zum Umgang mit Belastungen
Abkürzung	UBV
Autoren	Reichert & Perrez, 1993
Verlag	Göttingen: Hogrefe
Kosten	111,-- €
Materialien	Handanweisung, Testheft, 3 Sets Antwortblättern Gesamtform, 10 Sets Antwortblättern Kurzform, 10 Auswertungsbogen und Fixierungshilfe
t (Erhebung)	Langform 3h, Kurzform 40min
t (Auswertung)	1h

# 4. Erfassung der Stressbewältigung

## 4.B Stressverarbeitung im Verlauf

Name	Fragebogen zum Umgang mit Belastungen
Einsatzbereich	Erwachsene von 20 bis 65 Jahren. Verwendung sowohl für klinische als auch für gesundheitspsychologische Fragestellungen, Einsatz in der Forschung und bei individualdiagnostischen Untersuchungen
Beschreibung	18 in sich geschlossene hypothetische Belastungssituationen (Beginn, Fortbestehen, vorläufiger Abschluss) sollen bewertet werden.
Kritische Bewertung	+ Reliabilität befriedigend bis gut + Hinweise auf divergente und konvergente Val.  - Skalenstruktur kaum replizierbar - Erhebung und Auswertung äußerst zeitintensiv
Positiv	Erfassung von Bewältigung im Verlauf

# 4. Erfassung der Stressbewältigung

## 4.C Erfassung subjektiver, emotionaler Stressreaktionen

- Hier eignen sich alle psychodiagnostischen Verfahren, die negative Emotionen erfassen
  - SCL-90-R (Franke, 2000)
  - BSI (Franke, 2002)

# 4. Erfassung der Stressbewältigung

## 4.C Erfassung subjektiver, emotionaler Stressreaktionen

- Vom Einsatz des Maslach Burnout-Inventory (MBI, Maslach & Jackson, 1986) ist für die Individualdiagnostik abzuraten
  - da es verschiedene internationale und nationale Versionen gibt
  - es keine deutschsprachigen Normen gibt

# 4. Erfassung der Stressbewältigung

## 4.D Persönliche Ressourcen im Berufsleben

Name	Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster
Abkürzung	AVEM
Autoren	Schaarschmidt & Fischer, 2008
Verlag	Frankfurt a.M.: Pearson
Kosten	Manual=54,--€, 50 Bögen Kurz=60,--€, 50 Bögen Lang=82,--€, Auswertungsprogramm=85,--€
Materialien	Manual, Bögen, PC-Programm
t (Erhebung)	12 min.
t (Auswertung)	10 min.



# 4. Erfassung der Stressbewältigung

## 4.D Persönliche Ressourcen im Berufsleben

Name	Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster
Einsatzbereich	Personalentwicklung und Arbeitsgestaltung unter Gesundheitsbezug, berufliche Rehabilitation
Beschreibung	Selbstbeurteilung zur Erfassung relativ stabiler Verhaltens- und Erlebensmerkmale, die als persönliche Ressourcen in die Auseinandersetzung mit beruflichen Anforderungen eingehen. 66 Fragen können 11 Dimensionen zugeordnet und in Bezug auf 4 Muster ausgewertet werden G – Gesundheit S – Schonung A – Selbstüberforderung B – Resignation und Depression

# 4.D Persönliche Ressourcen im Berufsleben

Selbstüberforderung (A) führt zu Interventionsvorschlägen:

Name	Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster
Selbstüberforderung	Nein-Sagen lernen Veränderung der individuellen Arbeitsorganisation und des Zeitmanagements Koordinierung und Ausbalancierung von beruflichen Anforderungen, häuslichen Pflichten und Freizeitaktivitäten
Einseitige Betonung der Arbeit, exzessive Verausgabung	Relativierung des Stellenwertes der Arbeit gegenüber den anderen Bereichen des Lebens
Unzufriedenheit, Unausgeglichenheit	Konflikt- und Stressbewältigungstraining zum Abbau von Ärger und Ungeduld, zur Erhöhung der Frustrationstoleranz und Verringerung der Verletzbarkeit

# 4.D Persönliche Ressourcen im Berufsleben

Resignation und Depression (B) führt zu Interventionsvorschlägen:

Name	Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster
Eingeschränkte kommunikative Kompetenz, defensive Problembewältigung	Kommunikations- und Konfliktbewältigungstraining, Förderung offensiven Kommunikations- und Konfliktlöseverhaltens
Resignation, Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung	Coaching, ggf. auch Einzel- oder Gruppenpsychotherapie zur emotionalen Stabilisierung, Bewältigung von Angst, Stärkung von Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit, neue Zielsetzung und Sinnfindung

# 4.D Persönliche Ressourcen im Berufsleben

Selbstüberforderung (A) und Resignation und Depression (B) führen zu folgenden Interventionsvorschlägen:

Name	Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster
Innere Unruhe und Unausgeglichenheit	Belastungsausgleich durch Entspannen und Kompensieren
Eingeschränkte Distanzierungsfähigkeit	Ausagieren (Abreagieren) durch Sport, Gartenarbeit, Bewegung an frischer Luft, etc. sowie Entspannungstraining
Eingeschränktes Lebensgefühl (allg. Unzufriedenheit)	Genusstraining, Schaffen von Zufriedenheitserleben
Misserfolgserleben, Resignationstendenz	Realistische Definition des Arbeitsauftrags (professionelles Selbstverständnis) Identifizierung, Problematisierung und Veränderung unrealistischer, überhöhter (A) bzw. enttäuschter (B) berufsrelevanter Ansprüche, Erwartungen und Zielvorstellungen
Entspannungsunfähigkeit	Stressbewältigungstraining, individuelle Stressanalyse, Erlernen von lang- und kurzfristigen Stressbewältigungsstrategien
Erleben mangelnder sozialer Unterstützung	Entwicklung von Teamgeist und Teamfähigkeit, Schaffung eines positiven Arbeitsklimas, Organisation und Pflege sozialer Kontakte in der Freizeit

Psychologische Diagnostik von Belastung, Stress, Burnout  
und deren Bewältigung



## **5. ERFASSUNG DER KRANKHEITS- BEWÄLTIGUNG**

# 5. Erfassung der Krankheitsbewältigung

Name	Essener Fragebogen zur Krankheitsbewältigung
Abkürzung	EFK
Autoren	Franke & Jagla, 2009
Verlag	Frankfurt a.M.: Pearson
Kosten	Noch nicht festgelegt
Materialien	Manual, 10 Fragebogen, 10 Auswertungsbogen und Mappe
t (Erhebung)	10-15 min.
t (Auswertung)	10 min.

## 5. Erfassung der Krankheitsbewältigung

- Chronisch Kranke sind mit hoher Wahrscheinlichkeit belastet
- Krankheitsbewältigung sind all jene Versuche, „die Menschen im Kontext einer Erkrankung einsetzen, um mit den internen und externen Anforderungen umzugehen, die sich in dieser Lebenssituation stellen“ (Mayer & Filipp, 2002, S. 307).

## 5. Erfassung der Krankheitsbewältigung

- Die individuelle Art des Umgangs mit einer Erkrankung wird mit Compliance, Wohlbefinden, Gesundheitszustand, mit sozialer und beruflicher Funktionsfähigkeit in Zusammenhang gebracht.
- Krankheitsbewältigung ist somit ein zentrales Konstrukt in der Rehabilitationspsychologie



# 5. Erfassung der Krankheitsbewältigung

Name	Essener Fragebogen zur Krankheitsbewältigung
Einsatzbereich	12 Jahre bis ins hohe Alter Chronische Erkrankungen
Beschreibung	45 Items Screening zur Erfassung aktueller Bewältigungsleistungen auf emotionaler, kognitiver und Verhaltensebene (1) Handelndes, problemorientiertes Coping (2) Abstand und Selbstaufbau (3) Informationssuche und Erfahrungsaustausch (4) Bagatellisierung, Wunschdenken und Bedrohungsabwehr (5) Depressive Verarbeitung (6) Bereitschaft zur Annahme von Hilfe (7) Aktive Suche nach sozialer Unterstützung (8) Vertrauen in die ärztliche Kunst (9) Erarbeiten eines inneren Haltes

# 5. Erfassung der Krankheitsbewältigung

Name	Essener Fragebogen zur Krankheitsbewältigung
Grundsätzliche Bewertung	Verfahren zur Erfassung von Krankheitsbewältigung gehen alle mehr oder weniger auf die WCCL – Ways of Coping Checklist (Folkman & Lazarus, 1980) bzw. das WCQ – Ways of Coping Questionnaire (Parker, Endler & Bagby, 1993) zurück. Ihre psychometrische Qualität ist mittelmäßig
Positive Bewertung	+ Reliabilität überwiegend befriedigend + Konstruktvalidität befriedigend + divergente und konvergente Validität befriedigend + Normierung in Vorbereitung

(Franke et al., 2000; Jagla, 2008)

Psychologische Diagnostik von Belastung, Stress, Burnout  
und deren Bewältigung



## **6. DISKUSSION**

## 6. DISKUSSION

Folkman & Moskowitz, 2000

Salewski, 2004

Weber, 1997

- Die Suche nach Kriterien für adaptives, erfolgreiches Coping ist schwierig
- Es werden vor allem negative Affekte und Effekte erforscht
- Vor einer Bewertung von Coping als „gut“ oder „schlecht“ bzw. „positiv“ oder „negativ“ muss gewarnt werden

## 6. DISKUSSION

Folkman & Moskowitz, 2000

Salewski, 2004

Weber, 1997

- Eine kurzfristig wirksame Strategie (Rückzug, Substanzmissbrauch) kann mittel- und langfristig schaden
- Den Arbeitgeber kann die Leugnung und Selbstüberforderung des chronisch Kranken am Arbeitsplatz erfreuen.
- Aus rehabilitationspsychologischer Sicht ist dies hingegen der falsche Weg

# Rat für die Individualdiagnostik in der Rehabilitationspsychologie

<b>Konstrukt</b>	<b>Verfahren</b>
Psychische Belastung	SCL-90-R
Chronischer Stress	TICS
Arbeitsbezogene Verhaltens- und Erlebensmuster	AVEM
Krankheitsverarbeitung	EFK



Blick auf Haus 2 unserer Hochschule Magdeburg-Stendal (FH), Standort Stendal, aus meinem Fenster, GHF

**Bitte um  
Zusendung:**

Franke, Jagla, Salewski & Jäger (2007). Psychologisch-diagnostische Verfahren zur Erfassung von Stress und Krankheitsbewältigung im deutschsprachigen Raum. *Zeitschrift für Medizinische Psychologie*, 16, 41 -55.

**gabriele.franke@  
hs-magdeburg.de**

° **VIELEN DANK FÜR IHR  
INTERESSE**

