

S-Tool in Schulen

Hinweise für das Ausfüllen des Fragebogens

Der Fragebogen fragt nach Belastungen und Ressourcen an Ihrem Arbeitsplatz sowie nach Ihrem persönlichen Befinden.

- 📎 Bitte lesen Sie die Anweisungen sorgfältig durch und antworten Sie dann spontan, so wie es für Sie im Moment am ehesten zutrifft.
- 📎 Bitte beantworten Sie sämtliche Fragen.
- 📎 Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Ihre persönliche Meinung ist wichtig!

Nach Auswertung der Daten, erhalten Sie Ihre persönlichen

Ergebnisse sowie Tipps zu verschiedenen Themen, die im Zusammenhang mit Stress relevant sind.

Ihre Daten werden absolut vertraulich behandelt. Ihre Schule hat zu keinem Zeitpunkt Zugang zu Ihren Antworten. Ergebnisse auf der Schul- oder Teamebene werden nur dann berechnet, wenn mindestens 10 Fragebogen ausgefüllt wurden. Daraus lassen sich keine Rückschlüsse auf individuelle Antworten ziehen.

Vielen Dank fürs Mitmachen!

1) Unterstützung durch SchülerInnen

Nr.	Item/Skala	Skalierung				
		trifft nicht zu	trifft wenig zu	trifft mittelmässig zu	trifft ziemlich zu	trifft sehr zu
z9	Man wird von den Schülerinnen und Schülern akzeptiert und anerkannt.					
z10	Die Schülerinnen und Schüler arbeiten motiviert mit.					
z11	Die Schülerinnen und Schüler sind bereit, sich anzustrengen					

2) Störungen im Unterricht (Bitte je eine Angabe pro Zeile)

Nr.	Item/Skala	Skalierung				
		trifft nicht zu	trifft wenig zu	trifft mittelmässig zu	trifft ziemlich zu	trifft sehr zu
2.	Ein Teil der Schüler/ -innen beschäftigt sich mit anderen Dingen und stört den Unterricht.					
5.	Den Schüler / -innen fällt es schwer, sich über mehrere Minuten im Unterricht zu konzentrieren.					
6.	Im Unterricht sind ständig Ermahnungen notwendig.					

5) Ausdehnen der Arbeitszeit

Nr.	Item/Skala	Skalierung				
		sehr selten	selten	gelegentlich	oft	sehr oft
1	zugunsten der Arbeit auf Freizeitaktivitäten (z.B. Hobbies wie soziale und kulturelle Aktivitäten oder Sport) verzichten?	telmässig				
2	zugunsten der Arbeit auf genügend Schlaf verzichten?					
3	zusätzlich in Ihrer Freizeit (Feierabend, Urlaub, Wochenende, Feiertage) arbeiten?					

Nr. Item/Skala

Skalierung

Nr. Item/Skala

Skalierung

6) Konflikte mit Eltern (Bitte je eine Angabe pro Zeile)

Nr. Item/Skala		Skalierung					
Nr.	Item/Skala	Skalierung					
		trifft nicht zu	trifft wenig zu	trifft mittel- mässig zu	trifft ziem- lich zu	trifft sehr zu	keine Aussa- ge mög- lich
1.	Die Eltern der Schüler/ -innen kritisieren die Arbeit der Lehrkräfte.						
2.	Die Eltern zweifeln häufig das fachliche Urteil der Lehrer/ -innen an.						
3.	Die Eltern konfrontieren die Lehrer / - innen mit haltlosen Vorwürfen.						

7) Unterstützung durch Eltern (Bitte je eine Angabe pro Zeile)

Nr. Item/Skala		Skalierung					
Nr.	Item/Skala	Skalierung					
		trifft nicht zu	trifft wenig zu	trifft mittel- mässig zu	trifft ziem- lich zu	trifft sehr zu	keine Aussa- ge mög- lich
4.	Die Eltern halten sich an Absprachen.						
5.	Die Eltern unterstützen ihre Kinder in schulischer Hinsicht ausreichend.						
6.	Bei Schülerproblemen kann man mit den Eltern zusammenarbeiten.						

Soziale Stressoren Vorgesetzte

Nr.	Item/Skala	Skalierung				
	Wie ist im Allgemeinen das «Klima» an Ihrem Arbeitsplatz? www.s- www.s-	trifft nicht zu	trifft wenig zu	trifft mit- telmässig zu	trifft ziem- lich zu	trifft voll- kom- men zu
13	Mit meinem/r Vorgesetzten habe ich oft Streit.					
103	Hier wird man wegen jeder Kleinigkeit vom/von der Vorgesetzten gleich fertig gemacht.					
153	Mein/e Vorgesetzte/r teilt die angenehme Arbeit immer bestimmten Leuten zu.					
193	Wenn ein Fehler passiert, findet der/die Vorgesetzte ihn immer bei uns, nie bei sich.					
225	Ich muss ausbaden, was mein/e Vorgesetzte/r falsch macht.					

Wenn Sie an die vergangenen paar Wochen

Gedankliche Abgrenzung zur Arbeit

Nr.	Item/Skala	Skalierung				
	Am Feierabend	trifft gar nicht zu	trifft wenig zu	trifft mittelmässig zu	trifft überwiegend zu	trifft völlig zu
34	Vergesse ich die Arbeit.	Skalierung				
119	Denke ich überhaupt nicht an meine Arbeit.					
169	Gelingt es mir, mich von der Arbeit zu distanzieren.					
206	Gewinne ich Abstand zu meinen beruflichen Anforderungen.					

Psychosomatische Beschwerden

Nr.	Item/Skala	Skalierung				
	Wie oft hatten Sie in den letzten 12 Monaten folgende Beschwerden?	nie	selten	manchmal	häufig	ständig
35	Kopfschmerzen					
120	Nacken- oder Schulterschmerzen					
170	Rücken- oder Kreuzschmerzen					
207	Gelenk- oder Gliederschmerzen					
233	Appetitlosigkeit, Magenbeschwerden, Verdauungsstörungen					
250	Hautprobleme/Hauterkrankungen, Juckreiz					
259	Augenprobleme: Brennen, Rötung, Jucken, Tränen der Augen					

www.s-