

## Ergänzende Information zur Stress- & Schlaf-Risikobewertung

Der vorliegende Fragebogen, der während des Herz-Stress-Schlaf Screenings zum Einsatz kommt, wurde im Rahmen der EBBA-Studie (**E**valuation **b**eruflicher **B**elastungen am **A**rbeitsplatz) durch das Institut für Versorgungsforschung (IVDP) am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf im Jahr 2013 validiert und im Januar 2014 fertiggestellt.

Zunächst wurde die Inhaltsvalidität in einer Expertenrunde überprüft. Die konvergente Validierung erfolgte mit Hilfe der bewährten Instrumente Copenhagen Psychosocial Questionnaire (**COPSOQ**) und Work Ability Index (**WAI**). Mit diesen Instrumenten wurden 170 arbeitende Personen befragt.

Durch die Überprüfung der Inhaltsvalidität und anhand statistischer Berechnungen entstand der vorliegende Screening-Fragebogen. Er enthält 20 Items, weist eine gute Akzeptanz und mit einem **Cronbachs Alpha von 0,894** einen sehr guten Reliabilitätswert auf.

Die Überprüfung der konvergenten Validität zeigte, dass das Screening psychische Belastungen am Arbeitsplatz valide erfasst. Darüber hinaus ist es mit seinem minimalen Umfang sowohl ökonomisch als auch effizient.

Ergänzend wurden für das ärztliche Gespräch drei Leitfragen zu individuellen (Coping-)Ressourcen entwickelt. Mit ihrer Hilfe kann der zuständige Arzt seine Einschätzung des Stress-Risikos, welches Bestandteil des Screenings ist, vervollständigen und individuelle Empfehlungen aussprechen.

### Auswahl der Top5-Items für das Herz-Stress-Schlaf Screening

Aus dem Item-Pool des finalen Screening-Instruments wurden zuletzt die fünf Items ausgewählt, die das Ergebnis repräsentativ abbilden. Diese Kurzform kann in Zukunft im Herz-Stress-Schlaf Screening eingesetzt werden. Mit einem Cronbachs Alpha von 0,85 und einer Korrelation mit dem Gesamt-Screening von  $r = 0,904$  sind diese fünf Items dazu geeignet, einen Überblick über die individuelle Wahrnehmung der Stressbelastungen am Arbeitsplatz zu erlangen.

Durch die Verwendung des mesana-Sensors ergab sich die Notwendigkeit, zusätzlich zwei Fragen in Bezug auf Schlaf einzubinden. Somit handelt es sich um insgesamt 7 Items, aus denen die Empfehlung zur 48-Stunden-Messung resultiert.