

Psychologische Beanspruchungsdiagnostik im Feld – Das Mannheimer Stress-Kit

Alexandra Bernhardt

Die Zahlen sind alarmierend: Die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz bezeichnet Stress (neben Muskel-Skelett-Erkrankungen) als eines der größten Gesundheitsprobleme in der derzeitigen Arbeitswelt. Die Eingrenzung des Konstrukts "Stress" erweist sich jedoch noch immer als schwierig: Während in den Anfängen der Stressforschung Reiz-Reaktions-Modelle im Vordergrund standen, die Stress als eine generalisierte, unspezifische Reaktion des Organismus auf unterschiedlichste Stressoren verstanden (vgl. Selyes Generelles Adaptationssyndrom), ergänzte man diese später um eine Interaktionskomponente (vgl. Lazarus' und Folkmans transaktionales Modell, das Stress als die erlebte Diskrepanz zwischen Anforderungen und Fähigkeiten des Individuums beschreibt). Gleichwohl bleiben bei diesen Ansätzen die Mehrebenenstruktur der biologischen und psychologischen Stress-Systeme sowie die Prozesshaftigkeit von Belastung und Beanspruchung unbeachtet. Diesem Defizit soll mit einer multiaxialen Stressdiagnostik Rechnung getragen werden. Dazu wurde das *Mannheimer Stress-Kit* entwickelt, das nach den Prinzipien der nicht-apparativen Verlaufsdiagnostik aufgebaut ist. Das Kit besteht aus einer Pulsuhr und einem Satz Salivetten zur Speichelcortisol-sammlung als Indikatoren der beiden Stresssysteme (vegetatives und endokrines Stresssystem) und dem *Mannheimer Stressstagebuch* zur Dokumentation von subjektivem Befinden, Körperempfindungen und externen Einflussfaktoren. Die Verlaufsmessung akuter Beanspruchungsindikatoren wird ergänzt durch eine begleitende Diagnostik überdauernder Dispositionen und Beanspruchungsfolgen sowie somatischer und psychischer Komorbidität. Das *Mannheimer Stress-Kit* wurde an verschiedenen betrieblichen Stichproben im Feld implementiert. Die Studien wurden in enger Kooperation mit der Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gaststätten, Mannheim, sowie der FSA e.V., Mannheim, durchgeführt. Erste Ergebnisse dieser Implementationsstudien werden dargestellt.

Anschrift des Autors:

Dipl.-Psych. Alexandra Bernhardt

Universität Mannheim

Otto-Selz-Institut

Labor für Klinische Psychophysiologie

Postfach 10 34 62

D-68131 Mannheim