FRAGEBOGEN · LEHRER

WIE GEHT ES DIR BEI DER ARBEIT?

Ein Fragebogen zum Wohlbefinden von Lehrern und Mitarbeitern – nach dänischem Vorbild



Für Schulen, die wissen möchten, wie es ihrem Kollegium wirklich geht.

2. AUSGABE · OKTOBER 2026

VALØR
schulen-einrichten.de

INHALT

Was dich in diesem Begleitheft erwartet

EINFÜHRUNG

Woher der Fragebogen kommt 3

So geht's – Hinweise für Schulleitung und Kollegium 4

FRAGEBOGEN · 35 FRAGEN

1 Psychisches Arbeitsumfeld · Fragen 1–23 5

2 Physisches Arbeitsumfeld · Frage 24 7

3 Gesundheit und Fehlzeiten · Fragen 25–26 7

4 Grenzverletzendes Verhalten · Fragen 27–30 7

5 Sexistisches Verhalten und sexuelle Belästigung · Fragen 31–34 8

6 Offene Frage · Frage 35 8

ZUM SCHLUSS

Über mich 9

Mehr von mir 10



Woher der Fragebogen kommt

Dieser Fragebogen ist eine verständliche deutsche Übersetzung des offiziellen Fragebogens der Stadt Kopenhagen. Die Fragen wurden nicht Wort für Wort übersetzt, sondern so formuliert, dass sie auf Deutsch klar und gut lesbar sind. Aufbau und Inhalte entsprechen dem Original. Eine Ausnahme: Frage 24 zum physischen Arbeitsumfeld ist hier in einzelne Bereiche aufgeteilt, damit sichtbar wird, wo genau es hakt. Neu ist außerdem die offene Frage am Ende.

Das dänische Wort „Trivsel“ lässt sich nicht mit einem einzigen deutschen Wort übersetzen. Es beschreibt, wie wohl und sicher sich Menschen an ihrem Arbeitsplatz fühlen.

Dazu gehören zum Beispiel Arbeitszufriedenheit, Motivation, psychische Gesundheit, gute Zusammenarbeit, Vertrauen, Wertschätzung und Unterstützung.

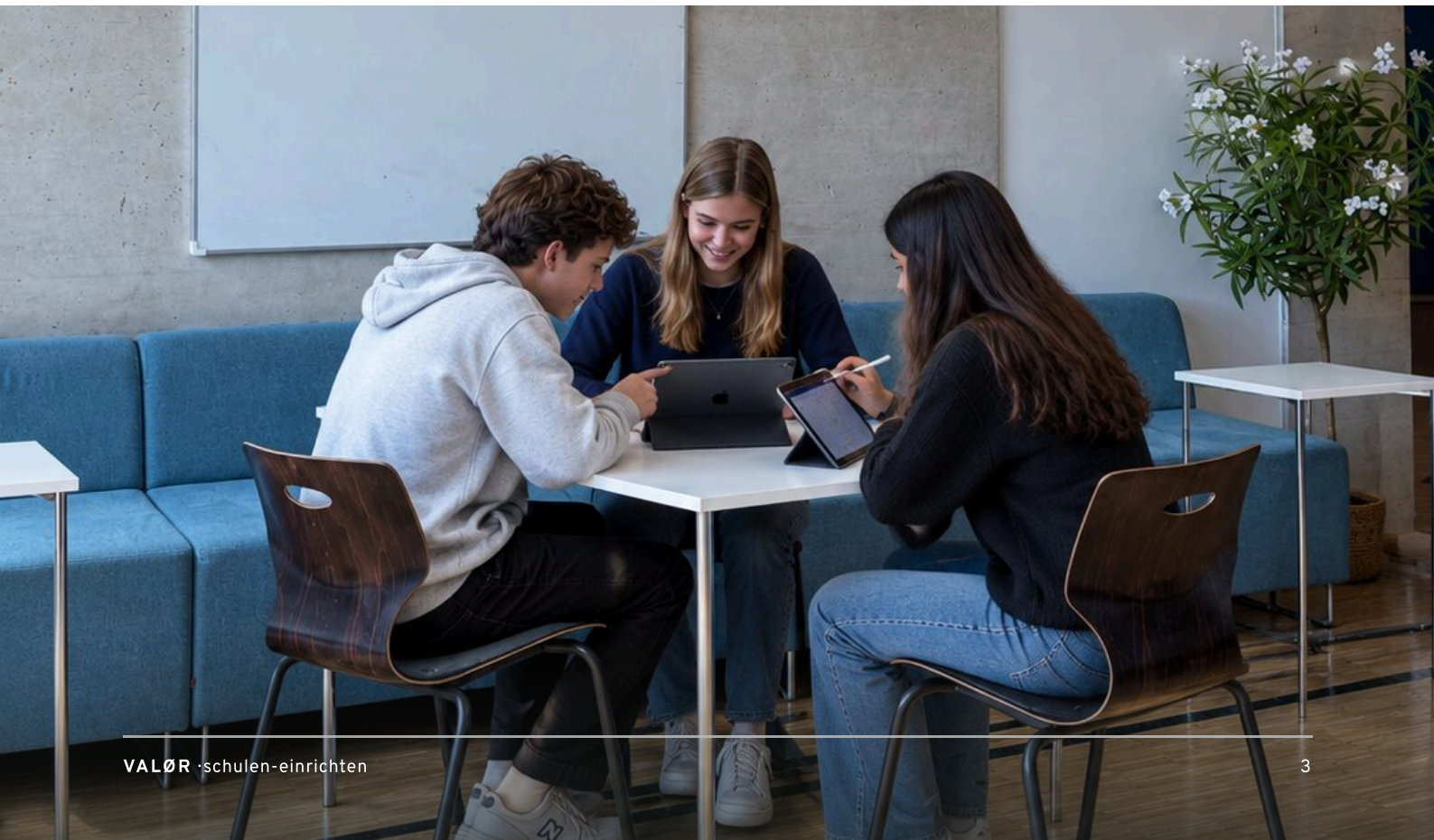
Die „Trivselsundersøgelse“ ist deshalb eine Befragung zum Wohlbefinden und zum Arbeitsumfeld der Mitarbeiter.

Antwortskala 1 2 3 4 5 6 7

1 = überhaupt nicht · 7 = in sehr hohem Maße · alternativ „Weiß nicht“

> **Mein Wunsch ist, dass wir anfangen, einander zu fragen, wie es uns geht – auch uns Erwachsenen.**

Die Fragebögen sind als Anregung gedacht, nicht als fertige Vorlage zum Kopieren. Passt sie an eure Schule an: Lasst Fragen weg, formuliert sie um oder ergänzt eigene – so, wie es zu eurem Kollegium passt.



SO GEHT'S

Hinweise für Schulleitung und Kollegium

1 Gemeinsam vorbereiten

Klärt in der Schulleitung und mit der Personalvertretung, warum ihr fragt und was mit den Ergebnissen passieren soll. Sagt das dem Kollegium vorher offen.

2 Anonym durchführen

Die Bögen bleiben ohne Namen. Gebt genug Zeit und eine Möglichkeit, sie verdeckt abzugeben. Jede Frage darf ausgelassen werden.

3 Auswerten

Zählt pro Frage aus, wie oft jede Antwort angekreuzt wurde. Achtet auf Muster im ganzen Kollegium, nicht auf einzelne Bögen. Zeigt Ergebnisse erst ab etwa zehn Antworten, damit niemand erkennbar wird.

4 Gemeinsam besprechen

Stellt die Ergebnisse in einer Konferenz vor, wählt ein oder zwei Themen aus und legt fest, wer sich worum kümmert.

5 Dranbleiben

Fragt nach einem Jahr wieder. So seht ihr, ob sich etwas verändert hat.

> Die Fragen 27–34 betreffen Gewalt, Mobbing, Diskriminierung und sexuelle Belästigung. Sorgt dafür, dass alle wissen, an wen sie sich wenden können – zum Beispiel an Schulleitung, Personalvertretung oder eine Vertrauensperson.



Wie geht es dir bei der Arbeit?

Datum: _____

Skala: 1 = überhaupt nicht bis 7 = in sehr hohem Maße. Kreuze in jeder Zeile **ein** Kästchen an.

1 Psychisches Arbeitsumfeld

		1 gar nicht	2	3	4	5	6	7 sehr	Weiß nicht
1	Bist du insgesamt mit deiner Arbeit zufrieden?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	Bist du bei deiner Arbeit motiviert?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3	Würdest du anderen empfehlen, sich auf eine Stelle an deinem Arbeitsplatz zu bewerben?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4	Empfindest du deine Arbeitsaufgaben als sinnvoll?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	Hast du ausreichend Einfluss darauf, wie du deine Arbeitsaufgaben erledigst?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6	Gibt es eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen dir und deinen Kollegen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7	Fühlst du dich sicher dabei, Zweifel, Fehler oder Herausforderungen mit deinen Kollegen anzusprechen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8	Funktioniert die Zusammenarbeit zwischen deinem Team und anderen Teams gut?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9	Tauschst du dich regelmäßig darüber aus, wie du deine Aufgaben fachlich am besten lösen kannst?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10	Wird deine Arbeit von deiner direkten Führungskraft anerkannt und wertgeschätzt?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11	Hast du eine gute Zusammenarbeit mit deiner direkten Führungskraft?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12	Fühlst du dich sicher dabei, Zweifel, Fehler oder Herausforderungen mit deiner direkten Führungskraft anzusprechen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Wie geht es dir bei der Arbeit?

Datum: _____

Skala: 1 = überhaupt nicht bis 7 = in sehr hohem Maße. Kreuze in jeder Zeile **ein** Kästchen an.

1 Psychisches Arbeitsumfeld (Fortsetzung)

		1 gar nicht	2	3	4	5	6	7 sehr	Weiß nicht
13	Erhältst du ausreichend Unterstützung und Feedback von deiner direkten Führungskraft?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14	Weißt du, was bei deiner Arbeit von dir erwartet wird?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15	Vertraut die Führung darauf, dass die Mitarbeiter gute Arbeit leisten?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16	Gibt die Führung eine klare Richtung für die Aufgabenerledigung vor?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17	Hast du ausreichend Möglichkeiten zur fachlichen Weiterentwicklung?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18	Kannst du deine Arbeit in zufriedenstellender Qualität ausführen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
19	Stehen Arbeitsaufgaben und verfügbare Zeit in einem ausgewogenen Verhältnis?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20	Hast du angemessenen Einfluss auf die Gestaltung deiner Arbeitszeit?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21	Erhältst du die Unterstützung, die du benötigst?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
22	Bist du auf emotional belastende Situationen vorbereitet?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23	Kannst du mit unklaren oder widersprüchlichen Anforderungen umgehen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Wie geht es dir bei der Arbeit?

Datum: _____

Skala: 1 = überhaupt nicht bis 7 = in sehr hohem Maße. Kreuze in jeder Zeile **ein** Kästchen an.

2 Physisches Arbeitsumfeld

24. Wie zufrieden bist du mit …

	1 gar nicht	2	3	4	5	6	7 sehr	Weiß nicht
24a Licht und Lichtverhältnisse	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24b Akustik und Lautstärke	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24c Raumklima und Luftqualität	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24d Arbeitsplatz, Möbel und Ergonomie	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24e Rückzugsorte und Pausenräume für Lehrer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24f Hygiene, Infektionsschutz und Sicherheit (Chemikalien, Arbeitsunfälle)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

3 Gesundheit und Fehlzeiten

	1 gar nicht	2	3	4	5	6	7 sehr	Weiß nicht
25 Hast du ausreichend Möglichkeiten, während der Arbeit gesundheitsfördernde Entscheidungen zu treffen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

26 Hattest du innerhalb der letzten 12 Monate krankheitsbedingte Fehlzeiten, die auf Bedingungen am Arbeitsplatz oder im Arbeitsumfeld zurückzuführen sein könnten? ☐ Ja ☐ Nein ☐ Weiß nicht

Falls ja, mögliche Ursache(n): ☐ Arbeitsbelastung ☐ Zusammenarbeit ☐ Kontakt mit Bürgern ☐ Belastendes Ereignis ☐ Arbeitsunfall ☐ Körperliche Beschwerden ☐ Ansteckung ☐ Sonstiges

4 Grenzverletzendes Verhalten

27 Warst du in den letzten 12 Monaten körperlicher Gewalt im Zusammenhang mit deiner Arbeit ausgesetzt? ☐ Ja ☐ Nein ☐ Weiß nicht

28 Warst du in den letzten 12 Monaten Drohungen mit Gewalt ausgesetzt? ☐ Ja ☐ Nein ☐ Weiß nicht

29 Warst du in den letzten 12 Monaten Mobbing oder Schikanen ausgesetzt? ☐ Ja ☐ Nein ☐ Weiß nicht

30 Warst du in den letzten 12 Monaten Diskriminierung oder Ungleichbehandlung ausgesetzt? ☐ Ja ☐ Nein ☐ Weiß nicht

Wie geht es dir bei der Arbeit?

Datum: _____

Skala: 1 = überhaupt nicht bis 7 = in sehr hohem Maße. Kreuze in jeder Zeile **ein** Kästchen an.

4 Grenzverletzendes Verhalten (Fortsetzung)

Bei einer Ja-Antwort zu Frage 27–30: Ergänze bitte – soweit zutreffend – Häufigkeit, verursachende Person(en), Meldung, ergriffene Maßnahmen, Fortbestehen und Ort des Vorfalls. Bei Diskriminierung nenne bitte zusätzlich den vermuteten Grund.

Ergänzende Angaben:

5 Sexistisches Verhalten und sexuelle Belästigung

		1 gar nicht	2	3	4	5	6	7 sehr	Weiß nicht
31	Erlebst du gleiche Chancen auf sinnvolle Aufgaben – unabhängig von Geschlecht oder Geschlechtsidentität?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
32	Erlebst du einen respektvollen Umgang ohne abwertende Bemerkungen oder sexuelle Anspielungen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

33 Warst du in den letzten 12 Monaten sexueller Belästigung ausgesetzt? ☐ Ja ☐ Nein ☐ Weiß nicht

Falls ja: ☐ Unerwünschte Kommentare ☐ Berührungen ☐ Abwertende Äußerungen ☐ Sonstiges

34 Weißt du, an wen du dich wenden kannst, wenn du sexuelle Belästigung beobachtest oder selbst davon betroffen bist? ☐ Ja ☐ Nein ☐ Weiß nicht

35 Was würde deine Arbeit leichter machen?

Danke, dass du dir die Zeit genommen hast.

Gib den Bogen bitte verdeckt und ohne Namen ab.

ÜBER MICH

WARUM MIR DAS WICHTIG IST

Angefangen hat alles mit Schulmöbeln und der Einrichtung von Lernräumen.

Das mache ich seit vielen Jahren mit Begeisterung. In den letzten Jahren ist etwas dazugekommen: das Gefühl, dass wir mehr darüber sprechen müssen, was sich in der Schule verbessern lässt. Und das sind nicht nur die Räume, sondern auch die Art, wie wir miteinander und mit Kindern und Jugendlichen umgehen.

Aus meinem Whitepaper habe ich das Wohlfühlrad entwickelt: acht Lebensbereiche, die wichtig sind, damit Kinder und Jugendliche gut und gesund aufwachsen.





- Sprache für Wohlbefinden
- Unterstützung nach Bedarf statt nach Etikett
- Digitales Leben
- Schule als Lebensort
- Halt, Vertrauen und Verantwortung
- Gemeinschaft und Freizeit
- Körper, Bewegung und Erholung
- Elternschaft und frühe Unterstützung

Als Dänin hole ich mir meine Inspiration aus Skandinavien. Was ist dort anders, und lässt sich davon etwas in Deutschland umsetzen? Ich glaube: ja. Deshalb spreche ich darüber.

Ich wünsche mir, dass wir anfangen, über diese acht Bereiche zu sprechen. Es geht nicht darum, Verantwortung hin und her zu schieben, sondern darum, dass wir uns als Gesellschaft gemeinsam um unsere Kinder kümmern.

Liebe Grüße **Marianne**



MEHR VON MIR

Weitere kostenlose Materialien

WHITEPAPER

Kinder im Blick

Dänische Impulse für Schule und Gesellschaft.

LEITFADEN · LERNRÄUME · EINRICHTUNG

Lernräume gut planen

7 Fehler – und wie Schulen sie vermeiden.

LEITFADEN · LERNRÄUME · AKUSTIK

Gute Akustik im Lernraum

7 Fehler und was hilft.

LEITFADEN · LERNRÄUME · NEURODIVERGENZ

Leichter lernen

7 Tipps und 20 Ideen.

FRAGEBOGEN · SCHÜLER

Wie geht es dir in der Schule?

Trivsel-Fragebögen für die 0.–3. und 4.–9. Klasse.

FRAGEBOGEN · LEHRER

Wie geht es dir bei der Arbeit?

Trivsel-Fragebogen für Lehrer und Mitarbeiter.

DU LIEST GERADE

Alles findest du kostenlos in meinen Instagram-Highlights.
Bei Fragen zu Beratung und Raumplanung vermittle ich gern den Kontakt zur Firma ASS.

> TRANSPARENZHINWEIS
>
> Ich bin bei der Firma ASS beschäftigt. Diesen Content, einschließlich meiner Freebies, erstelle ich eigenständig. KI nutze ich für die Formatierung und das Bildmaterial – für die Inhalte bin ich selbst verantwortlich.
>
> Werbung oder Kooperationen mit ausgewählten Partnern kennzeichne ich klar.
> Kooperationsanfragen nehme ich gerne entgegen.

