

Trierer Kurzsкала zur Messung von Work-Life Balance TKS-WLB

Christine Syrek, Universität Trier

Claudia Bauer-Emmel, Universität Trier

Conny H. Antoni, Universität Trier

Jens Klusemann, dialog entwicklungsagentur.de

Kontakt: syrek@uni-trier.de

Mehr Informationen zur Skala finden sich in:

Syrek, C. J., Bauer-Emmel, C., Antoni, C. & Klusemann, J. (2011). Entwicklung und Validierung der Trierer Kurzsкала zur Messung von Work-Life Balance (TKS-WLB). *Diagnostica*, 57 (3), 134–145.

Version Selbstbild

Bitte geben Sie an, inwieweit Sie den folgenden Aussagen zustimmen.		stimme gar nicht zu 1	stimme überwiegend nicht zu 2	stimme eher nicht zu 3	stimme eher zu 4	stimme überwiege nd zu 5	stimme völlig zu 6
WLB_1	Ich bin zufrieden mit meiner Balance zwischen Arbeit und Privatleben.	①	②	③	④	⑤	⑥
WLB_2r	Es fällt mir schwer, Berufs- und Privatleben miteinander zu vereinbaren. <i>(rekodiert)</i>	①	②	③	④	⑤	⑥
WLB_3	Ich kann die Anforderungen aus meinem Privatleben und die Anforderungen aus meinem Berufsleben gleichermaßen gut erfüllen.	①	②	③	④	⑤	⑥
WLB_4	Es gelingt mir, einen guten Ausgleich zwischen belastenden und erholsamen Tätigkeiten in meinem Leben zu erreichen.	①	②	③	④	⑤	⑥
WLB_5	Ich bin damit zufrieden, wie meine Prioritäten in Bezug auf den Beruf und das Privatleben verteilt sind.	①	②	③	④	⑤	⑥