

# Luzerner Fragebogen (validiert) zur psychologischen Sicherheit – Langform

---

Vollversion mit 15 Items: 12 Skalenfragen (1–99), Sicherheitsanker, Triggerthema und eine Reflexionsfrage. Ablauf: Teil 1 → Sicherheitsanker → Triggerthema → Teil 2.

Papierversion zum handschriftlichen Ausfüllen. Bitte anonym ausfüllen und alle Felder vollständig bearbeiten.

Info: Der Lu-PS (Vollversion) eignet sich insbesondere für Forschungsprojekte und organisationsdiagnostische Anwendungen mit dem Anspruch einer differenzierten, robusten Erfassung psychologischer Sicherheit auf Teamebene.

## Luzerner Fragebogen (validiert) zur psychologischen Sicherheit - Teil 1

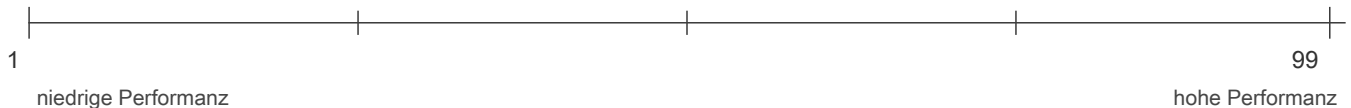
---

Bitte beantworte die Fragen 1-4 von insgesamt 15 anonym auf einer Skala von 1 bis 99

**1. Wie gut nutzt ihr euer Potential in der Zusammenarbeit?**

Info: Schätze anonym die durchschnittliche Performanz dieses Teams ein.

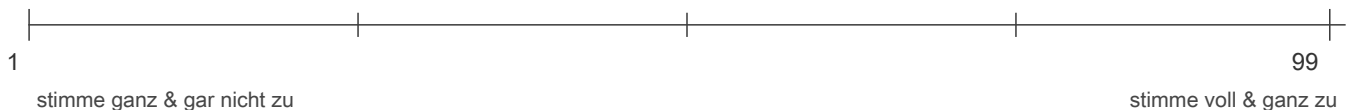
Antwort (Zahl 1–99):



**2. SOZIALE SENSIBILITÄT: Jeder im Team ist gewillt und in der Lage wahrzunehmen, was dem Gegenüber Sicherheit gibt & was Triggerthemen sein könnten.**

Info: Wir wissen voneinander im Team was uns unterstützt, was uns Sicherheit gibt und welche Verhaltensweisen und Themen beim Gegenüber Spannungen verursachen können.

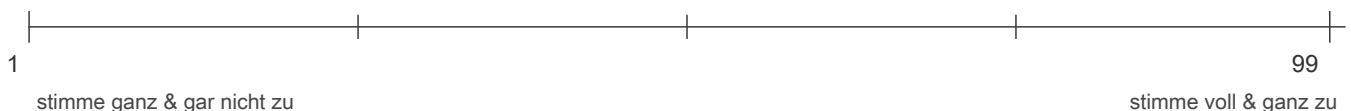
Antwort (Zahl 1–99):



**3. Gleichmässig ausgeprägte Redeanteile: Alle im Team können damit rechnen, ungefähr gleich häufig und ausführlich zu Wort zu kommen.**

Info: Wir achten darauf, z.b. bei Meetings alle mitzunehmen und allen Raum zu geben.

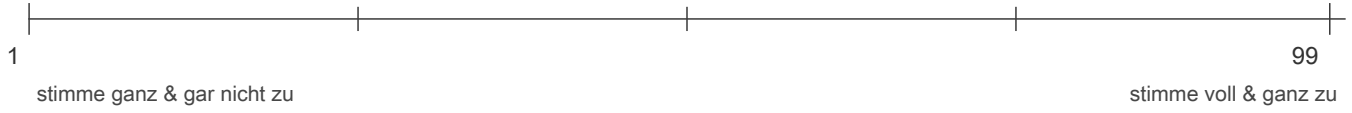
Antwort (Zahl 1–99):



4. VOICE: Wir arbeiten in einer vertrauensvollen Atmosphäre zusammen, in der alle Teammitglieder sich offen & angstfrei einbringen können.

Info: In unserem Team vertrauen wir einander. Wir können Vorschläge sowie Ideen einbringen und auch Bedenken äussern, ohne dabei Angst zu haben verurteilt oder ausgeschlossen zu werden.

Antwort (Zahl 1–99):



Bist du Führungskraft dieses Teams?

Info: Führungskraft = formale oder informelle Leitungsverantwortung für dieses Team.

- JA  NEIN
- Coachmode – ich stimme nicht selber ab

# Sicherheitsanker

---

Was beschreibt am besten deinen SICHERHEITSANKER im Team?

Dein Sicherheitsanker ist der positive Endpunkt, der dein Sicherheitsgefühl im Team stärkt – z.B. Gelassenheit, Vertrauen oder Offenheit.

Info: Indem wir unseren Anker bewusst erkennen und pflegen, schaffen wir eine solide Basis, die es uns erlaubt, auch in unsicheren oder konfliktreichen Situationen gelassen und souverän zu bleiben.

Entscheide spontan – du kannst den Begriff später noch korrigieren.

Markiere einen Begriff (genau eine Option):

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Autonomie          | <input type="checkbox"/> Leidenschaft    |
| <input type="checkbox"/> Dominanz           | <input type="checkbox"/> Loyalität       |
| <input type="checkbox"/> Effizienz          | <input type="checkbox"/> Mut             |
| <input type="checkbox"/> Ehrgeiz            | <input type="checkbox"/> Nachhaltigkeit  |
| <input type="checkbox"/> Einzigartigkeit    | <input type="checkbox"/> Neugier         |
| <input type="checkbox"/> Erfolg             | <input type="checkbox"/> Offenheit       |
| <input type="checkbox"/> Flexibilität       | <input type="checkbox"/> Sicherheit      |
| <input type="checkbox"/> Freundschaft       | <input type="checkbox"/> Sinnhaftigkeit  |
| <input type="checkbox"/> Gelassenheit       | <input type="checkbox"/> Solidarität     |
| <input type="checkbox"/> Gerechtigkeit      | <input type="checkbox"/> Sorgfalt        |
| <input type="checkbox"/> Geselligkeit       | <input type="checkbox"/> Vergnügen       |
| <input type="checkbox"/> Gleichberechtigung | <input type="checkbox"/> Vertrautheit    |
| <input type="checkbox"/> Großzügigkeit      | <input type="checkbox"/> Würde           |
| <input type="checkbox"/> Humor              | <input type="checkbox"/> Zuverlässigkeit |
| <input type="checkbox"/> Imagination        |  |

Eigener Begriff:

---

Woran erkennst du deinen Sicherheitsanker im Team (mind. 5 Worte)?

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
-------------------------

# Triggerthema

---

Was beschreibt am besten dein TRIGGERTHEMA im Team?

Dein Triggerthema ist der negative Gegenpol zu deinem Sicherheitsanker – es beschreibt, was dein Sicherheitsgefühl im Team bedrohen kann.

Info: Das Triggerthema ist der negative Gegenpol zu deinem Sicherheitsanker. Es beschreibt, was dich im Team negativ beeinflusst oder zu einem Gefühl von Angst beitragen kann.

Entscheide spontan – du kannst den Begriff später noch korrigieren.

Markiere einen Begriff (genau eine Option):

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Abhängigkeit      | <input type="checkbox"/> Desinteresse      |
| <input type="checkbox"/> Unterordnung      | <input type="checkbox"/> Treulosigkeit     |
| <input type="checkbox"/> Leistungsschwäche | <input type="checkbox"/> Angst             |
| <input type="checkbox"/> Müßiggang         | <input type="checkbox"/> Achtlosigkeit     |
| <input type="checkbox"/> Angepasstheit     | <input type="checkbox"/> Gleichgültigkeit  |
| <input type="checkbox"/> Versagen          | <input type="checkbox"/> Rechthaberei      |
| <input type="checkbox"/> Starrheit         | <input type="checkbox"/> Risiko            |
| <input type="checkbox"/> Feindseligkeit    | <input type="checkbox"/> Sinnlosigkeit     |
| <input type="checkbox"/> Aufgeregtheit     | <input type="checkbox"/> Egoismus          |
| <input type="checkbox"/> Willkür           | <input type="checkbox"/> Unachtsamkeit     |
| <input type="checkbox"/> Verkrampftheit    | <input type="checkbox"/> Verbot            |
| <input type="checkbox"/> Rangordnung       | <input type="checkbox"/> Distanz           |
| <input type="checkbox"/> Habgier           | <input type="checkbox"/> Ehrlosigkeit      |
| <input type="checkbox"/> Trübsal           | <input type="checkbox"/> Unzuverlässigkeit |
| <input type="checkbox"/> Einfallslosigkeit |  |

Eigener Begriff:

---

Woran erkennst du dein Triggerthema im Team (mind. 5 Worte)?

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
-------------------------

## Luzerner Fragebogen (validiert) zur psychologischen Sicherheit - Teil 2

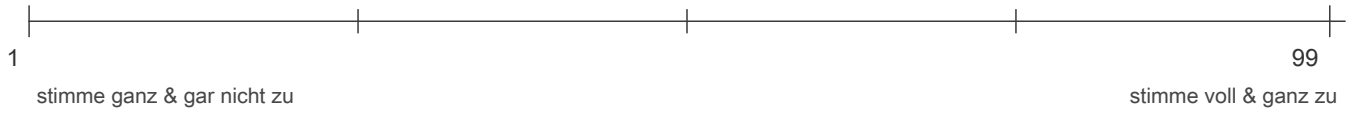
---

Bitte beantworte die Fragen 5-12 anonym auf einer Skala von 1 bis 99

### 5. Ich beobachte kaum je, wie Menschen im Team ausgeschlossen werden.

Info: In unserem Team werden alle gleichmassen respektiert und akzeptiert, egal woher sie stammen, wie sie aussehen, welches Geschlecht, Neigungen, Eigenheiten oder auch welche politischen sowie religiösen Orientierungen sie haben.

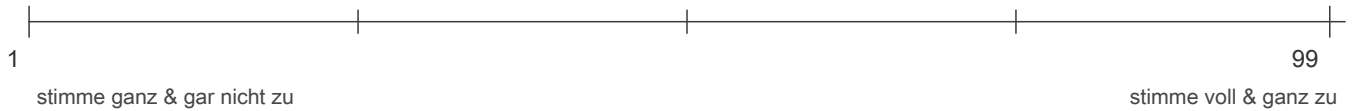
Antwort (Zahl 1–99):



### 6. Für mich sind alle im Team immer gut sichtbar.

Info: Mit gut sichtbar ist gemeint, dass die Menschen im Team eine aktive Rolle einnehmen, sich zeigen und mitmachen. Unsichtbar wären Personen, die passiv wirken und den Eindruck machen, innerlich schon gekündigt zu haben.

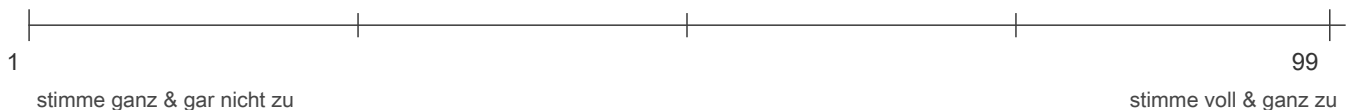
Antwort (Zahl 1–99):



### 7. ELEFANTEN IM RAUM: Schwierige Themen können wir gut zusammen anschauen.

Info: Bei uns im Team können kritische Punkte angesprochen werden, welche die Zusammenarbeit sowie spezifisches Verhalten von Personen oder auch Verbesserungspotenziale der Arbeit betreffen. Elefanten im Raum und Schlangen unter dem Teppich werden beim Namen genannt.

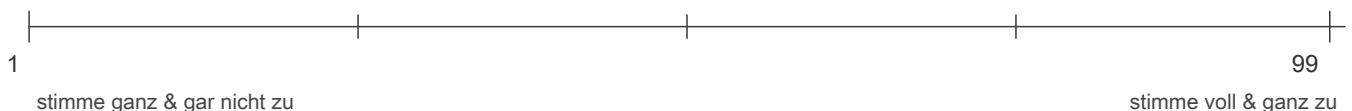
Antwort (Zahl 1–99):



### 8. Ich fühle, wie meine Talente im Team gesehen und einbezogen werden.

Info: Meine Stärken und meine speziellen Talente sind bekannt, werden in meinem Team wirksam und tragen zu unserer Arbeits- und Teamperformanz bei.

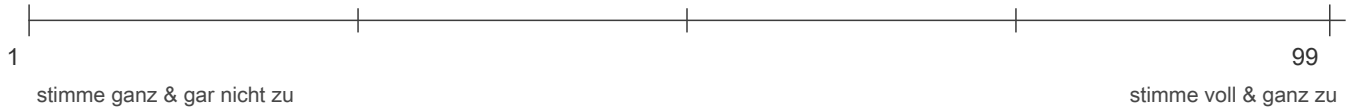
Antwort (Zahl 1–99):



**9. Man reagiert kaum auf «Fehler» mit Schuldzuweisungen an einzelne Teammitglieder.**

Info: Wenn jemand in unserem Team einen Fehler macht, wird sie nicht verurteilt, blossgestellt oder schlecht behandelt. Wir gehen professionell mit der Lernchance um, versuchen die Ursache zu finden und sicherzustellen, dass wir aus dem Fehler lernen.

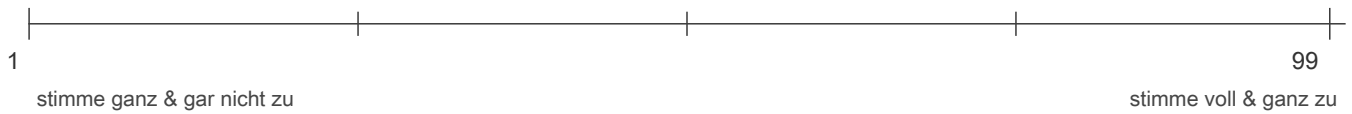
Antwort (Zahl 1–99):



**10. Mir fällt es nicht schwer, andere im Team um Hilfe zu bitten.**

Info: In unserem Team ist es selbstverständlich und einfach einander zu unterstützen und um Hilfe zu bitten.

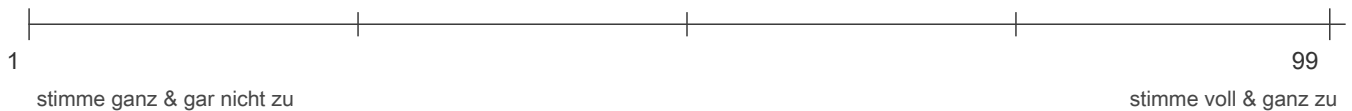
Antwort (Zahl 1–99):



**11. INNERE SICHERHEIT: Ich fühle mich in diesem Team sicher.**

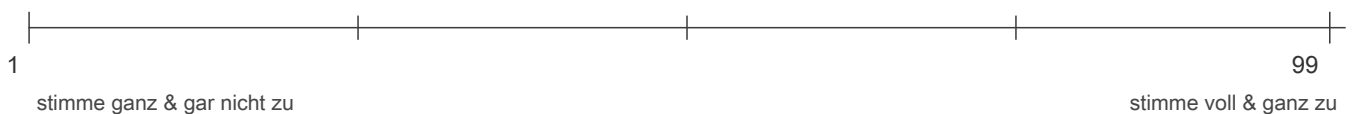
Info: In diesem Team gelingt es mir, auch bei Stress gut bei mir zu bleiben, meine Emotionen zu regulieren und die Beziehung zu anderen aufrechtzuerhalten.

Antwort (Zahl 1–99):



**12. Ich versuche, einen wirksamen positiven Beitrag zur psychologischen Sicherheit in unserem Team zu leisten.**

Antwort (Zahl 1–99):



**Was kannst Du ab morgen tun – ohne zusätzliche Ressourcen oder Erlaubnis – um zu mehr psychologischer Sicherheit beizutragen?**

Info: An welchem Rädchen könntest Du ein klein wenig in die richtige Richtung drehen, damit dramafreie Zusammenarbeit im Team noch ein wenig besser gelingen mag?

(Wörter (mindestens): 10)
