

*Dipl. Psych. Catharina Stahn*

Ruhr-Universität Bochum

*Dieter Welwei*

Adam Opel AG

**Wirksamkeitsprüfung einer Interventionsmaßnahme zur Steigerung der geistigen und emotionalen Leistungsfähigkeit bei älteren Beschäftigten in der Automobilbranche: Erste Ergebnisse der PFIFF2-Studie**

*Catharina Stahn, Patrick Gajewski, Rita Willemsen, Claudia Wipking & Michael Falkenstein, Ruhr-Universität Bochum, Leibniz-Institut für Arbeitsforschung an der TU Dortmund*

Im Rahmen des Projekts PFIFF 2 wurden Trainingsmaßnahmen zum Erhalt der geistigen Fitness älterer Arbeitnehmer aus dem Produktions- und Montagebereich der Adam Opel GmbH umgesetzt und auf ihre Wirksamkeit überprüft. Das Training zielte vor allem auf die Steigerung der fluiden Intelligenzleistungen wie Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit, Aufmerksamkeit oder Arbeitsgedächtnis ab.

In einem Wartekontrollgruppendesign erhielten Beschäftigte über 40 Jahre mit langjähriger taktgebundener Tätigkeit entweder ein PC-gestütztes kognitives Training (Trainingsgruppe) oder eine Kombination aus dem kognitiven Training und einem Stressbewältigungstraining (Wartekontrollgruppe) über einen Zeitraum von drei Monaten. Es wurden zwei unabhängige Trainingsstaffeln in den Jahren 2009 und 2010 durchgeführt. Vor und nach dem Training sowie drei Monate nach Beendigung des Trainings wurden neuropsychologische, endokrinologische und elektrophysiologische Tests durchgeführt. Schwerpunkt der Präsentation liegt dabei auf den Ergebnissen der neuropsychologischen Tests sowie der stressbezogenen Variablen.

Der Vergleich zwischen der Trainingsgruppe und der Wartekontrollgruppe zeigte Verbesserungen in der Trainingsgruppe bei selektiver und geteilter Aufmerksamkeit, Gedächtnis und Wortflüssigkeit.

Personen mit Nachtarbeit hatten zwar schlechtere Ausgangswerte als die Personen ohne Nachtarbeit, sie haben jedoch mehr von dem Training profitiert als die Gruppe ohne Nachtarbeit. Auch nach drei Monaten zeigten sich Verbesserungen bzw. gleich bleibende Leistungen der Trainingsgruppe.

In der Wartekontrollgruppe zeigten sich im Vergleich zur kognitiven Trainingsgruppe in den stressbezogenen Variablen deutliche Verbesserungen nach der Intervention, zum Beispiel hinsichtlich der Burnout Werte im Maslach Burnout

Inventory (MBI), in Skalen des Fragebogens zu arbeitsbezogenen Verhaltens- und Erlebensmustern (AVEM) und der Stresswahrnehmung im Perceived Stress Questionnaire (PSQ).

Unsere Ergebnisse weisen darauf hin, dass kognitives Training eine Reihe von fluiden Funktionen bei mittelalten und älteren Beschäftigten verbessert und diese Verbesserung zumindest über drei Monate nachwirkt. Generell wird aber eine Kombination aus kognitivem und Stressbewältigungstraining empfohlen, da sich hierdurch neben der Verbesserung in kognitiven Bereichen das Stressempfinden subjektiv und objektiv verringert und das Wohlbefinden erhöht haben.

*Dipl.-Psych. Catharina Stahn*  
Ruhr-Universität Bochum  
Fakultät für Maschinenbau  
Lehrstuhl für Industrial Sales Engineering  
Universitätsstr. 150  
44801 Bochum  
Telfon: 0234 32-26394  
Telefax: 0234 32-14280  
eMail: [catharina.stahn@rub.de](mailto:catharina.stahn@rub.de)  
[www.rub.de/ise](http://www.rub.de/ise)

*Dieter Welwei*  
Adam Opel AG  
Abt. Ergonomie  
Opelring 1  
44782 Bochum  
eMail: [dieter.welwei@de.opel.com](mailto:dieter.welwei@de.opel.com)

[www.pfiffprojekt.de](http://www.pfiffprojekt.de)