

Hvilken afdeling arbejder du i?

De følgende spørgsmål handler om dit psykiske arbejdsmiljø. Sæt et kryds ud for hvert spørgsmål ved det svar, der passer bedst.

Altid	Oft	Somme- tider	Sjældent	Aldrig/ næsten aldrig
-------	-----	-----------------	----------	-----------------------------

1A. Kommer du bagud med dit arbejde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

1B. Har du tid nok til dine arbejdsopgaver?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4

1A og 1B. Antal point i alt: 1,99  
(Mellem 0 og 8 point)

Altid	Oft	Somme- tider	Sjældent	Aldrig/ næsten aldrig
-------	-----	-----------------	----------	-----------------------------

2A. Er det nødvendigt at arbejde meget hurtigt?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

2B. Er arbejdstempoet højt gennem hele arbejdsdagen?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

2A og 2B. Antal point i alt: 3,39  
(Mellem 0 og 8 point)

Altid	Oft	Somme- tider	Sjældent	Aldrig/ næsten aldrig
-------	-----	-----------------	----------	-----------------------------

3A. Bringer dit arbejde dig i følelsesmæssigt belastende situationer?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

3B. Skal du tage stilling til andre menneskers personlige problemer i dit arbejde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

3A og 3B. Antal point i alt: 3,22  
(Mellem 0 og 8 point)

Altid	Oft	Somme- tider	Sjældent	Aldrig/ næsten aldrig
-------	-----	-----------------	----------	-----------------------------

4A. Har du stor indflydelse på beslutninger om dit arbejde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

4B. Har du indflydelse på mængden af dit arbejde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

4A og 4B. Antal point i alt: 5,89  
(Mellem 0 og 8 point)

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

5A. Har du mulighed for at lære noget nyt gennem dit arbejde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

5B. Kræver dit arbejde, at du er initiativrig?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

5A og 5B. Antal point i alt: 6,00  
(Mellem 0 og 8 point)

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

6A. Er dine arbejdsopgaver meningsfulde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

6B. Føler du, at du yder en vigtig arbejdsindsats?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

6A og 6B. Antal point i alt: 6,78  
(Mellem 0 og 8 point)

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

7A. Synes du, at din arbejdsplads har stor personlig betydning for dig?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

7B. Ville du anbefale en god ven at søge en stilling på din arbejdsplads?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

7A og 7B. Antal point i alt: 6,94  
(Mellem 0 og 8 point)

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

8A. Får du på din arbejdsplads information om f.eks. vigtige beslutninger, ændringer og fremtidsplaner i god tid?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

8B. Får du al den information, du behøver for at klare dit arbejde godt?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

8A og 8B. Antal point i alt: 5,72  
(Mellem 0 og 8 point)

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

9A. Bliver dit arbejde anerkendt og påskønnet af ledelsen?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

9B. Bliver du behandlet retfærdigt på din arbejdsplads?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

9A og 9B. Antal point i alt: 6,28  
(Mellem 0 og 8 point)

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

10A. Er der klare mål for dit eget arbejde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

10B. Ved du nøjagtigt, hvad der forventes af dig i dit arbejde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

10A og 10B. Antal point i alt: 6,17  
(Mellem 0 og 8 point)

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

11A. Prioriterer den nærmeste ledelse trivslen på arbejdspladsen højt?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

11B. Er den nærmeste ledelse god til at planlægge arbejdet?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

11A og 11B. Antal point i alt: 6,61  
(Mellem 0 og 8 point)

Altid	Oft	Somme- tider	Sjæl- dent	Aldrig/ næsten aldrig
-------	-----	-----------------	---------------	-----------------------------

12A. Hvor ofte er din nærmeste overordnede villig til at lytte til dine problemer med arbejdet?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

12B. Hvor ofte får du hjælp og støtte fra din nærmeste overordnede?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

12A og 12B. Antal point i alt: 6,72  
(Mellem 0 og 8 point)

Meget tilfreds	Tilfreds	Utilfreds	Meget utilfreds
----------------	----------	-----------	-----------------

13. Angående dit job i almindelighed: Hvor tilfreds er du med dit job som helhed, alt taget i betragtning?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	2	1	0

13. Antal point: 2,72  
(Mellem 0 og 3 point)

De næste to spørgsmål handler om, hvordan dit arbejde påvirker dit privatliv og familieliv.

Ja, helt sikkert	Ja, til en vis grad	Ja, men kun lidt	Nej, slet ikke
------------------	---------------------	------------------	----------------

14A. Føler du, at dit arbejde tager så meget af din energi, at det går ud over privatlivet?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	2	1	0

14B. Føler du, at dit arbejde tager så meget af din tid, at det går ud over privatlivet?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	2	1	0

14A og 14B. Antal point i alt: 2,39  
(Mellem 0 og 6 point)

De næste fire spørgsmål handler ikke om dit eget arbejde, men om *hele virksomheden*, hvor du er ansat.

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

15A. Kan man stole på de udmeldinger, der kommer fra ledelsen?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

15B. Stoler ledelsen på, at medarbejderne gør et godt stykke arbejde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

15A og 15B. Antal point i alt: 7,05  
(Mellem 0 og 8 point)

I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	I meget ringe grad
------------------	------------	---------	--------------	--------------------

16A. Bliver konflikter løst på en retfærdig måde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

16B. Bliver arbejdsopgaverne fordelt på en retfærdig måde?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

16A og 16B. Antal point i alt: 6,11  
(Mellem 0 og 8 point)

De følgende fem spørgsmål handler om dit  *eget*  helbred og velbefindende. Det er  **IKKE**  meningen, at du skal prøve at skelne mellem de symptomer, der skyldes arbejdet, og dem der skyldes andre forhold. Det gælder om at beskrive, hvordan du har det alt i alt.

Spørgsmålene handler om, hvordan du har haft det i de sidste 4 uger:

Fremragende	Vældig godt	Godt	Mindre godt	Dårligt
-------------	-------------	------	-------------	---------

17. Hvordan synes du, at dit helbred er alt i alt?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

17. Antal point: 2,78  
(Mellem 0 og 4)

Hele tiden	En stor del af tiden	En del af tiden	Lidt af tiden	På intet tidspunkt
------------	----------------------	-----------------	---------------	--------------------

18A. Hvor tit har du følt dig udkørt?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

18B. Hvor tit har du været følelsesmæssigt udmattet?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

18A og 18B. Antal point i alt: 1,83  
(Mellem 0 og 8)

Hele tiden	En stor del af tiden	En del af tiden	Lidt af tiden	På intet tidspunkt
------------	----------------------	-----------------	---------------	--------------------

19A. Hvor tit har du været stresset?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

19B. Hvor tit har du været irritabel?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	3	2	1	0

19A og 19B. Antal point i alt: 1,89  
(Mellem 0 og 8)

Ja, dagligt	Ja, ugentligt	Ja, månedligt	Ja, af og til	Nej
-------------	---------------	---------------	---------------	-----

20. Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for uønsket seksuel opmærksomhed på din arbejdsplads?

Kolleger	En leder	Underordnede	Klienter/kunder/patienter
----------	----------	--------------	---------------------------

Hvis ja, fra hvem? (sæt gerne flere krydser)

Ja, dagligt	Ja, ugentligt	Ja, månedligt	Ja, af og til	Nej
-------------	---------------	---------------	---------------	-----

21. Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for trusler om vold på din arbejdsplads?

Kolleger	En leder	Underordnede	Klienter/kunder/patienter
----------	----------	--------------	---------------------------

Hvis ja, fra hvem? (sæt gerne flere krydser)

Ja, dagligt	Ja, ugentligt	Ja, månedligt	Ja, af og til	Nej
-------------	---------------	---------------	---------------	-----

22. Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for fysisk vold på din arbejdsplads?

Kolleger	En leder	Underordnede	Klienter/kunder/patienter
----------	----------	--------------	---------------------------

Hvis ja, fra hvem? (sæt gerne flere krydser)

*Ved mobning forstår man, at man gentagne gange bliver udsat for ubehagelig eller nedværdigende behandling, som det er svært at forsvare sig imod.*

Ja, dagligt	Ja, ugentligt	Ja, månedligt	Ja, af og til	Nej
-------------	---------------	---------------	---------------	-----

23. Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for mobning på din arbejdsplads?

Kolleger	En leder	Underordnede	Klienter/kunder/patienter
----------	----------	--------------	---------------------------

Hvis ja, fra hvem? (sæt gerne flere krydser)