

Norræni spurningalistinn

um sálfélagslega þætti í vinnunni

*Kari Lindström, Anna-Liisa Elo, Anders Skogstad, Margareta Dallner,
Francesco Gamberale, Vesa Hottinen, Stein Knardahl, Elsa Ørhede*

Norræna ráðherranefndin

TEMANORD 2000:603

Íslensk þýðing 2004: Hólmfríður K. Gunnarsdóttir.

Svona á að svara spurningalistanum.

Á næstu blaðsíðum eru spurningar og fullyrðingar um starf þitt og vinnustað. Markmiðið með spurningalistanum er að afla upplýsinga til þess að bæta starfið og starfsaðstæðurnar.

Gefðu þér góðan tíma til að svara. Oftast á að svara með því að setja hring utan um svarið sem best á við að þínum dómi.

Dæmi:

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur <u>sjaldan</u>	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
1. Verður þú að flýta þér til að geta lokið því sem þú þarft að gera?	1	2	3	4	5

1. PERSÓNUUPPLÝSINGAR

<p>1. Fæðingarár _____</p> <p>2. Kyn Karl1 Kona2</p> <p>3. Skólaganga (fjöldi ára): (Settu hring utan um svarmöguleikann sem við á.) Grunnskóli (1-9 ár).....1 Framhaldsskóli (10-12 ár)2 Háskóli (13-16 ár)3 Framhaldsnám í háskóla (lengra en 16 ár)4</p> <p>4. Starfsheiti _____</p> <p>5a. Hvað hefur þú unnið lengi á þessum vinnustað? _____ár</p> <p>5b. Á hvaða deild/sviði/einingu vinnur þú? _____</p>	<p>6. Hvað lengi hefur þú haft þá stöðu sem þú ert í núna? _____ár</p> <p>7. Ráðningarkjör: Fastráðning hjá núverandi vinnuveitanda1 Lausráðning hjá núverandi vinnuveitanda.....2</p> <p>8. Ertu ráðin/n hjá öðrum vinnuveitanda? Já.....1 Nei.....2</p> <p>9. Ertu í stjórnunarstöðu? Já.....1 Nei.....2</p> <p>10. Hvað margar klukkustundir vinnur þú að jafnaði á viku? _____klst.</p> <p>11. Hvað af eftirfarandi lýsir vinnutíma þínum best? Dagvinna 1 Tvískiptar vaktir 2 Þrískiptar vaktir 3 Fastar kvöldvaktir 4 Fastar næturvaktir 5 Annað 6 hvað?_____</p>
--	---

2. STARFSKRÖFUR

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur sjaldan	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
12. Er vinnuálagið svo ójafnt að verkefnin hlaðist upp?	1	2	3	4	5
13. Verður þú að vinna aukavinnu?	1	2	3	4	5
14. Verður þú að vinna á miklum hraða?	1	2	3	4	5
15. Hefur þú of mikið að gera?	1	2	3	4	5
16. Krefst vinnan líkamlegs þols?	1	2	3	4	5
17. Þarft þú að taka skyndiákvæðanir í vinnunni?	1	2	3	4	5
18. Eru verkefnin of erfið fyrir þig?	1	2	3	4	5
19. Krefjast verkefnin fullkominnar athygli?	1	2	3	4	5
20. Krefjast verkefnin mikillar nákvæmni í hreyfingum?	1	2	3	4	5
21. Verður þú fyrir óþægilegum truflunum í vinnunni?	1	2	3	4	5
22. Þarft þú að taka flóknar ákvæðanir í vinnunni?	1	2	3	4	5
23. Er vinnan einhæf?	1	2	3	4	5
24. Verður þú að endurtaka það sama með fárra mínútna millibili?	1	2	3	4	5
25. Krefjast verkefnin meiri þekkingar en þú hefur?	1	2	3	4	5
26. Nýtist þekking þín og færni í starfinu?	1	2	3	4	5
27. Byður starfið upp á krefjandi verkefni sem gaman er að glíma við?	1	2	3	4	5
28. Finnst þér starfið mikilvægt?	1	2	3	4	5
29. Er þess krafist að þú aflir þér nýrrar þekkingar og færni í starfi?	1	2	3	4	5

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur <u>sjaldan</u>	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
30. Getur þú blandað geði við vinnufélagana á meðan þú ert að vinna?	1	2	3	4	5
31. Hefur þú orðið fyrir hótunum eða ofbeldi í vinnunni á síðustu tveim árum?	1	2	3	4	5
32. Geta mistök þín í vinnunni valdið einhverjum heilsutjóni?	1	2	3	4	5
33. Geta mistök þín í vinnunni valdið fjárhagslegu tjóni?	1	2	3	4	5

34. Felur starfið í sér samskipti við viðskiptavini eða skjólstaðinga?

- Nei 1
 Já, en yfirleitt óbein samskipti (bréflög, á myndsendi, með tölvupósti o.s.frv.)..... 2
 Já, yfirleitt bein samskipti (augliti til auglitis eða í síma) 3
 Já, bæði bein og óbein samskipti4

Ef þú svaraðir þessari spurningu játandi (2, 3 eða 4) skaltu svara næstu spurningum (35-37), annars skaltu svara næst spurningu númer 38.

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur <u>sjaldan</u>	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
35. Felur starfið í sér <u>persónuleg</u> samskipti við skjólstaðinga/viðskiptavini?	1	2	3	4	5
36. Verður þú að taka á móti og bregðast við kvörtunum skjólstaðinga/viðskiptavina?	1	2	3	4	5
37. Finnst þér þú lagin/n við að hafa góð samskipti við skjólstaðinga/viðskiptavini?	1	2	3	4	5

3. HLUTVERK OG VÆNTINGAR

	<u>mjög</u> sjaldan eða <u>aldrei</u>	<u>fremur</u> sjaldan	<u>stundum</u>	<u>fremur</u> <u>oft</u>	<u>mjög oft</u> eða <u>alltaf</u>
38. Eru markmiðin í starfi þínu skýr?	1	2	3	4	5
39. Veist þú hvaða ábyrgðarsvið þú hefur?	1	2	3	4	5
40. Veist þú nákvæmlega til hvers er ætlast af þér í vinnunni?	1	2	3	4	5
41. Verður þú að gera eitthvað sem þér finnst að ætti að gera öðruvísi?	1	2	3	4	5
42. Færð þú verkefni að leysa án þess að hafa nauðsynleg bjargráð til þess?	1	2	3	4	5
43. Gera tveir eða fleiri ósamræmanlegar kröfur til þín?	1	2	3	4	5
44. Þarft þú að vinna verkefni sem stríða gegn gildismati þínu?	1	2	3	4	5

4. SJÁLFRÆÐI Í STARFI

	<u>mjög</u> sjaldan eða <u>aldrei</u>	<u>fremur</u> sjaldan	<u>stundum</u>	<u>fremur</u> <u>oft</u>	<u>mjög oft</u> eða <u>alltaf</u>
45. Getur þú ráðið hvernig þú ferð að ef unnt er að leysa verkefni á mismunandi vegu?	1	2	3	4	5
46. Getur þú stjórnað því hvað þú hefur mikið að gera?	1	2	3	4	5
47. Getur þú sjálf/ur ráðið vinnuhraða þínum?	1	2	3	4	5
48. Getur þú sjálf/ur ráðið hvenær þú tekur vinnuhlé?	1	2	3	4	5
49. Getur þú sjálf/ur ráðið hvað þú tekur langt vinnuhlé?	1	2	3	4	5
50. Getur þú sjálf/ur ráðið vinnutímanum (sveigjanlegur vinnutími)?	1	2	3	4	5

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur <u>sjaldan</u>	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
51. Getur þú haft áhrif á ákvarðanir um með hverjum þú vinnur?	1	2	3	4	5
52. Getur þú ákveðið hvenær þú hefur samband við viðskiptavini eða skjólstæðinga?	1	2	3	4	5
53. Getur þú haft áhrif á ákvarðanir sem miklu skipta í starfi þínu?	1	2	3	4	5

5. FORSPÁ UM VINNUNA

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur <u>sjaldan</u>	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
54. Veist þú með mánaðarfyrirvara hvers konar verkefni bíða þín?	1	2	3	4	5
55. Veist þú með mánaðarfyrirvara hverjir vinnufélagar þínir verða?	1	2	3	4	5
56. Veist þú með mánaðarfyrirvara hver verður yfirmaður þinn?	1	2	3	4	5
57. Verður þú að sanna getu þína fyrir öðrum til að fá áhugaverð verk eða viðfangsefni?	1	2	3	4	5
58. Finnst þér þú eigir einhvern að, einstakling eða samtök, sem gætir hagsmuna þinna?	1	2	3	4	5
59. Gengur orðrómur um fyrirhugaðar breytingar á vinnustaðnum?	1	2	3	4	5

	<u>mjög lítið</u> eða <u>alls</u> <u>ekki</u>	<u>fremur</u> <u>lítið</u>	<u>dálítið</u>	<u>fremur</u> <u>mikið</u>	<u>mjög mikið</u>
60. Veist þú hvað þarf til svo að þú fái eftirsóknarvert starf eftir tvö ár?	1	2	3	4	5
61. Veist þú hvaða nýrrar þekkingar og færni þú þarft að afla þér til að halda eftirsóknarverðu starfi eftir tvö ár?	1	2	3	4	5
62. Heldur þú að þú hafir jafn eftirsóknarvert starf eftir tvö ár og þú hefur núna?	1	2	3	4	5
	<u>mjög lítið</u> eða <u>alls</u> <u>ekki</u>	<u>fremur</u> <u>lítið</u>	<u>dálítið</u>	<u>fremur</u> <u>mikið</u>	<u>mjög mikið</u>
63. Finnst þér gaman að áskorunum eins og að fá oft ný verkefni	1	2	3	4	5
64. Finnst þér gaman að áskorunum eins og að vinna með nýjum samstarfsmönnum?	1	2	3	4	5
65. Finnst þér gaman að áskorunum eins og að vinna á mismunandi stöðum?	1	2	3	4	5

6. FÆRNI Í STARFI

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur sjaldan	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
66. Ert þú ánægð/ur með hvernig þú leysir verk þín af hendi?	1	2	3	4	5
67. Ert þú ánægð/ur með afköstin hjá þér?	1	2	3	4	5
68. Ert þú ánægð/ur með getu þína til að leysa vandamál í vinnunni?	1	2	3	4	5
69. Ert þú ánægð/ur með hæfni þína til að hafa góð samskipti við vinnufélagana?	1	2	3	4	5
70. Færð þú að vita hvernig þú stendur þig í starfi?	1	2	3	4	5
71. Getur þú sjálf/ur strax metið hvort þú hefur leyst verk þitt vel af hendi?	1	2	3	4	5

7. FÉLAGSLEG SAMSKIPTI

Félagslegur stuðningur

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur <u>sjaldan</u>	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
72. Færð þú stuðning og hjálp með verkefni hjá vinnufélögum þínum, ef á þarf að halda?	1	2	3	4	5
73. Færð þú stuðning og hjálp með verkefni hjá næsta yfirmanni þínum, ef á þarf að halda?	1	2	3	4	5
74. Eru vinnufélagarnir fúsir til að hlusta á vandamál sem við er að glíma í vinnunni, ef á þarf að halda?	1	2	3	4	5
75. Er næsti yfirmaður þinn fús til að hlusta á vandamál sem við er að glíma í vinnunni, ef á þarf að halda?	1	2	3	4	5
76. Getur þú talað við vini þína um vandamál í vinnunni, ef á þarf að halda?	1	2	3	4	5
77. Getur þú talað við maka þinn eða einhvern annan nákominn um vandamál í vinnunni, ef á þarf að halda?	1	2	3	4	5
78. Metur næsti yfirmaður þinn það við þig ef þú nærð árangri í starfi?	1	2	3	4	5
79. Hefur þú tekið eftir óþægilegum ágreiningi hjá vinnufélögunum?	1	2	3	4	5
	mjög lítinn eða <u>alls engan</u>	fremur <u>lítinn</u>	<u>dálítinn</u>	fremur <u>mikinn</u>	mjög <u>mikinn</u>
80. Finnst þér þú eiga vísan stuðning vina þinna eða fjölskyldu þegar erfiðleikar steðja að í vinnunni?	1	2	3	4	5

Einelti og áreitni

Einelti (áreitni, sárandi sérmeðferð) er vandamál á mörgum vinnustöðum og fyrir marga starfsmenn. Einelti er sárandi sérmeðferð sem einstaklingur þarf að þola aftur og aftur um einhvern tíma og honum finnst erfitt að verjast. Ekki er um einelti að ræða ef jafnkar eigast við eða ef um einstakan atburð er að ræða.

	<u>Nei</u>	<u>Já</u>
81. Hefur þú tekið eftir því að einhver hafi orðið fyrir einelti/áreitni á vinnustaðnum á síðustu sex mánuðum?	1	2
82. Hvað marga hefurðu séð lagða í einelti/verða fyrir áreitni á vinnustaðnum á síðustu sex mánuðum?	Karlar _____	Konur _____
	<u>Nei</u>	<u>Já</u>
83. Hefur þú sjálf/ur orðið fyrir einelti/áreitni á vinnustað á síðustu sex mánuðum?	1	2

8. STJÓRNUN

	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur <u>sjaldan</u>	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
84. Hvetur næsti yfirmaður þinn þig til að taka þátt í mikilvægum ákvörðunum?	1	2	3	4	5
85. Hvetur næsti yfirmaður þinn þig til að láta í þér heyra þegar þú ert á annarri skoðun en hann?	1	2	3	4	5
86. Hjálpar næsti yfirmaður þinn þér við að auka færni þína?	1	2	3	4	5
87. Tekur næsti yfirmaður þinn á vandamálum um leið og þau koma upp?	1	2	3	4	5
	mjög illa eða <u>alls ekki</u>	fremur <u>illa</u>	<u>sæmilega</u>	fremur <u>vel</u>	mjög <u>vel</u>
88. Treystir þú stjórnendunum til að sjá vel fyrir framtíð vinnustaðarins/stofnunarinnar?	1	2	3	4	5
	mjög sjaldan eða <u>aldrei</u>	fremur <u>sjaldan</u>	<u>stundum</u>	fremur <u>oft</u>	mjög oft eða <u>alltaf</u>
89. Útdeilir næsti yfirmaður þinn verkefnum á hlutlægan og réttlátan hátt?	1	2	3	4	5
90. Gætir næsti yfirmaður þinn réttlætis og jafnræðis í framkomu sinni við starfsmenn?	1	2	3	4	5
91. Valda samskipti þín við næsta yfirmann þinn þér streitu?	1	2	3	4	5

9. FYRIRTÆKIS-/STOFNUNARBRAGUR

<i>Hvernig er starfsandinn á deildinni?</i>	<u>mjög lítið eða alls ekki</u>	<u>fremur lítið</u>	<u>dálítið</u>	<u>fremur mikið</u>	<u>mjög mikið</u>
92. Einkennist af samkeppni	1	2	3	4	5
93. Hvetjandi og styðjandi	1	2	3	4	5
94. Einkennist af tortryggni og vantrausti	1	2	3	4	5
95. Afslappaður og þægilegur	1	2	3	4	5
96. Stífur og reglufastur	1	2	3	4	5
	<u>mjög sjaldan eða aldrei</u>	<u>fremur sjaldan</u>	<u>stund um</u>	<u>fremur oft</u>	<u>mjög oft eða alltaf</u>
97. Taka starfsmenn á vinnustað þínum frumkvæði?	1	2	3	4	5
98. eru starfsmenn á vinnustað þínum hvattir til að koma með tillögur til úrbóta?	1	2	3	4	5
99. eru samskipti næg á deildinni þinni?	1	2	3	4	5
	<u>mjög lítið eða alls ekki</u>	<u>fremur lítið</u>	<u>dálítið</u>	<u>fremur mikið</u>	<u>mjög mikið</u>
100. Hefur þú tekið eftir því að komið sé ólíkt fram við konur og karla á vinnustaðnum?	1	2	3	4	5
101. Hefur þú tekið eftir því að komið sé ólíkt fram við eldri og yngri starfsmenn á vinnustaðnum?	1	2	3	4	5
102. Fær fólk umbun (peninga, hrós) fyrir vel unnin störf á vinnustaðnum þínum?	1	2	3	4	5
103. Er umhyggja borin fyrir starfsmönnum á vinnustaðnum þínum?	1	2	3	4	5
104. Bera stjórnendur umhyggju fyrir heilsu og líðan starfsmanna?	1	2	3	4	5

10. SAMSPIL VINNU OG EINKALÍFS

	mjög sjaldan eða aldrei	fremur sjaldan	<u>stundum</u>	fremur oft	mjög oft eða aldrei
105. Hafa kröfur, sem gerðar eru til þín í vinnunni, neikvæð áhrif á fjölskylduna og heimilislífið?	1	2	3	4	5
106. Hafa kröfur, sem gerðar eru til þín heima fyrir, neikvæð áhrif á vinnuna?	1	2	3	4	5

11. MIKILVÆGI VINNUNNAR Í LÍFI ÞÍNU

107. Skiptu 100 punktum niður á eftirfarandi liði til að sýna hve mikilvægt hvert atriði er í lífi þínu um þessar mundir?

- a. Frítími (t.d. tómsundaiðja, íþróttir, skemmtanir, umgengni við vini) _____
- b. Samfélagið (t.d. frjáls félagasamtök, stéttarfélög, stjórnmalafélög) ... _____
- c. Vinnan _____
- d. Trúmál _____
- e. Fjölskyldan _____

100

108a. Flest, sem ég stefni að, tengist vinnunni

Alls ekki sammála

1 2 3 4 5 6 7 Alveg sammála

108b. Hvað skiptir vinnan þig miklu máli?

Fátt skiptir mig minna máli

1 2 3 4 5 6 7 Fátt skiptir mig meira máli.

12. SAMSÖMUN MEÐ STOFNUNINNI/VINNUSTAÐNUM

Eftirfarandi fullyrðingar fjalla um afstöðu þína til vinnustaðarins. Segðu að hve miklu leyti þú fellst á eða fells ekki á hverja og eina fullyrðingu.

	<u>Alveg ósammála</u>	<u>Fremur ósammála</u>	<u>Hlutlaus</u>	<u>Fremur sammála</u>	<u>Alveg sammála</u>
109. Ég hæli vinnustaðnum við vini mína	1	2	3	4	5
110. Ég hef svipað gildismat og ríkir á vinnustaðnum	1	2	3	4	5
111. Á þessum vinnustað vil ég sannarlega leggja mig alla/n fram	1	2	3	4	5

13. HÓPVINNA

112. Ertu í tilteknum vinnuhópi?

Nei Já
1 2

Ef þú svaraðir játandi skaltu svara spurningum 113-116, annars svarar þú næst spurningu nr. 117.

	<u>mjög lítið eða alls ekki</u>	<u>fremur lítið</u>	<u>dálítið</u>	<u>fremur mikið</u>	<u>mjög mikið</u>
113. Ert þú ánægð/ur með að vera í vinnuhópnum?	1	2	3	4	5
	<u>mjög sjaldan eða aldrei</u>	<u>fremur sjaldan</u>	<u>stundum</u>	<u>fremur oft</u>	<u>mjög oft</u>
114. Er vinnan í hópnum sveigjanleg?	1	2	3	4	5
115. Er vinnuhópurinn laginn við að leysa vandamál?	1	2	3	4	5
116. Hvað oft hittist vinnuhópurinn?	1	2	3	4	5

14. HVATAR Í VINNUNNI

Hve miklu máli skipta eftirtalin atriði þegar draumastarfið er annars vegar?

	<u>einskis</u> <u>virði</u>	<u>ekki</u> <u>mikils</u> <u>virði</u>	<u>mikils</u> <u>virði</u>	<u>mjög</u> <u>mikils</u> <u>virði</u>	<u>alveg</u> <u>nauðsynlegt</u>
117. Að geta þroskað eigin persónuleika	1	2	3	4	5
118. Að hafa góð laun og önnur efnahagsleg hlunnindi	1	2	3	4	5
119. Að hafa rólega og reglubundna vinnu	1	2	3	4	5
120. Að finnast ég geri eitthvað sem máli skiptir	1	2	3	4	5
121. Að hafa örugga vinnu og fastar tekjur	1	2	3	4	5
122. Að hafa öruggt og heilsusamlegt vinnuumhverfi	1	2	3	4	5
123. Að nýta sköpunargleði mína og ímyndunarafl í vinnunni	1	2	3	4	5

TAKK FYRIR ÞÁTTTÖKUNA!