

# Norræni spurningalistinn

## um sálfélagslega þætti í vinnunni

Styttri útgáfa

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

Norræna ráðherranefndin

TEMANORD 2000:603

Íslensk þýðing: 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

**PERSÓNUPPLÝSINGAR**

<p>A1. Fæðingarár _____</p> <p>A2. Kyn Karl .....1 Kona .....2</p> <p>A3. Starfsheiti _____</p> <p>A4. Á hvaða deild/sviði/einingu vinnur þú? _____</p>	<p>A5. Ráðningarkjör: Fastráðning hjá núverandi vinnuveitanda .....1 Lausráðning hjá núverandi vinnuveitanda.....2</p> <p>A6. Ertu ráðin/n hjá öðrum vinnuveitanda? Já.....1 Nei.....2</p> <p>A7. Ertu í stjórnunarstöðu? Já.....1 Nei.....2</p>
---	--

## VINNUADSTÆÐUR

		mjög sjaldan eða aldrei	fremur sjaldan	stundum	fremur oft	mjög oft eða alltaf
1.	Er vinnuálagið svo ójafnt að verkefnið hlaðist upp?	1	2	3	4	5
2.	Hefur þú of mikið að gera?	1	2	3	4	5
3.	Eru verkefnið of erfið fyrir þig?	1	2	3	4	5
4.	Krefjast verkefnið meiri þekkingar en þú hefur?	1	2	3	4	5
5.	Nýttist þekking þín og færni í starfinu?	1	2	3	4	5
6.	Býður starfið upp á krefjandi verkefni sem gaman er að glíma við?	1	2	3	4	5
7.	Eru markmiðin í starfi þínu skýr?	1	2	3	4	5
8.	Veist þú nákvæmlega til hvers er ætlast af þér í vinnunni?	1	2	3	4	5
9.	Gera tveir eða fleiri ósamræmanlegar kröfur til þín?	1	2	3	4	5
10.	Getur þú stjórnað því hvað þú hefur mikið að gera?	1	2	3	4	5
11.	Getur þú sjálf/ur ráðið vinnuhraða þínum?	1	2	3	4	5
12.	Getur þú sjálf/ur ráðið hvenær þú tekur vinnuhlé?	1	2	3	4	5
13.	Getur þú haft áhrif á ákvarðanir sem miklu skipta í starfi þínu?	1	2	3	4	5
14.	Veist þú með mánaðarfyrirvara hvers konar verkefni bíða þín?	1	2	3	4	5
15.	Gengur orðrómur um fyrirhugaðar breytingar á vinnustaðnum?	1	2	3	4	5
16.	Ert þú ánægð/ur með getu þína til að leysa vandamál í vinnunni?	1	2	3	4	5
17.	Færð þú stuðning og hjálp með verkefni hjá vinnufélögum þínum, ef á þarf að halda?	1	2	3	4	5
18.	Færð þú stuðning og hjálp með verkefni hjá næsta yfirmanni þínum, ef á þarf að halda?	1	2	3	4	5
19.	Metur næsti yfirmaður þinn það við þig ef þú nærð árangri í starfi?	1	2	3	4	5
20.	Hvetur næsti yfirmaður þinn þig til að taka þátt í mikilvægum ákvörðunum?	1	2	3	4	5
21.	Hjálpar næsti yfirmaður þinn þér við að auka færni þína?	1	2	3	4	5

		mjög lítinn eða <u>alls</u> <u>engan</u>	fremur <u>lítinn</u>	<u>dálítinn</u>	fremur <u>mikinn</u>	mjög <u>mikinn</u>
22.	Finnst þér þú eiga vísan stuðning vina þinna eða fjölskyldu þegar erfiðleikar steðja að í vinnunni?	1	2	3	4	5

	<i>Hvernig er starfsandinn á deildinni?</i>	mjög lítið eða <u>alls</u> <u>ekki</u>	fremur <u>lítið</u>	<u>dálítið</u>	fremur <u>mikið</u>	mjög <u>mikið</u>
23.	Hvetjandi og styðjandi	1	2	3	4	5
24.	Afslappaður og þægilegur	1	2	3	4	5
25.	Stífur og reglufastur	1	2	3	4	5
26.	Ert þú ánægð/ur með að vera í vinnuhópnum?	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>
27.	Er vinnuhópurinn laginn við að leysa vandamál?	1	2	3	4	5
28.	Eru starfsmenn á vinnustað þínum hvattir til að koma með tillögur til úrbóta?	1	2	3	4	5
29.	Eru samskipti næg á deildinni þinni?	1	2	3	4	5
30.	Hefur þú tekið eftir óþægilegum ágreiningi hjá vinnufélögunum?	1	2	3	4	5

		mjög lítið eða <u>alls</u> <u>ekki</u>	fremur <u>lítið</u>	<u>dálítið</u>	fremur <u>mikið</u>	mjög <u>mikið</u>
31.	Hefur þú tekið eftir því að komið sé ólíkt fram við konur og karla á vinnustaðnum?	1	2	3	4	5
32.	Hefur þú tekið eftir því að komið sé ólíkt fram við eldri og yngri starfsmenn á vinnustaðnum?	1	2	3	4	5
33.	Fær fólk umbun (peninga, hrós) fyrir vel unnin störf á vinnustaðnum þínum?	1	2	3	4	5
34.	Bera stjórnendur umhyggju fyrir heilsu og líðan starfsmanna?	1	2	3	4	5

		<u>alveg</u> <u>ósammála</u>	<u>fremur</u> <u>ósammála</u>	<u>hlutlaus</u>	<u>fremur</u> <u>sammála</u>	<u>alveg sammála</u>
35.	Mér finnst gott að vera oftast með allan hugann við vinnuna	1	2	3	4	5
36.	Vinnan veitir mér mesta gleði í lífinu	1	2	3	4	5

		alls ekki	aðeins að litlu leyti	dálítið	fremur mikið	mjög mikið
37.	<i>Með streitu er átt við að fólk sé spennnt, eirðarlaust, taugaóstyrkt, kvíðið eða geti ekki sofð á nóttunni fyrir áhyggjum. Hefurðu fundið fyrir streitu af þessum toga að undanförmu?</i>	1	2	3	4	5