

HSE  
MUNKÁVAL KAPCSOLATOS STRESSZ  
FELMÉRÉSI SEGÉDESZKÖZ

	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
1 Tisztában vagyok azzal, mit várnak el tőlem a munkahelyen	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
2 Eldönthetem, mikor tartsak szünetet	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
3 Különböző csoportok követeléseit kell teljesítenem, melyeket nehéz összeegyeztetni	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
4 Tudom, hogyan végezzem el a munkámat	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
5 Zaklatva érzem magam, mert rosszálló a viselkedésük velem szemben, kritizálnak	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
6 Olyan határidőket kapok, amelyeket képtelenség betartani	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
7 Ha túl nehéz a munka, a kollégáim segítenek	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
8 Mindig segítőkész véleményt kapok a munkámról	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
9 Nagyon keményen kell dolgoznom	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
10 Beleszólásom van abba, hogy milyen gyorsan végezzem a munkámat	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
11 Tisztában vagyok a kötelességeimmel és a felelősségeimmel	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
12 Bizonyos feladatokat el kell hanyagolnom, mert túl sok a munkám	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
13 Világosak számomra a mi részlegünk feladatai és céljai	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
14 A kollégák között surlódások, összezördülések vannak	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
15 Megválaszthatom a munkám elvégzésének módszerét	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
16 Képtelen vagyok elég szünethez jutni munka közben	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
17 Értem, hogy a munkám hogyan illeszkedik bele a szervezet közös céljainak elérésébe	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
18 Kénytelen vagyok sokáig bent maradni dolgozni	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
19 Lehetőségem van választani a munkában	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
20 Nagyon gyorsan kell dolgoznom	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
21 Zaklatnak a munkahelyen	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
22 A munkámra kiszabott idő irreális és ez gondot okoz	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
	Soha	Ritkán	Néha	Általában	Mindig
23 Számíthatok a menedzserem segítségére, ha problémám van a munkámmal	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

	Egyáltalán nem értek egyet	Nem értek egyet	Semleges	Egyetértek	Teljesen egyetértek
24 Megkapom a szükséges segítséget és támogatást a kollégáimtól	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
	Egyáltalán nem értek egyet	Nem értek egyet	Semleges	Egyetértek	Teljesen egyetértek

- |    |   |                                       |                                       |                                       |                                       |                                       |
|----|---|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| 25 | Beleszólásom van abba, hogyan dolgozom  | <input type="checkbox"/> <sub>1</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>2</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>3</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>4</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>5</sub> |
|    |   | Egyáltalán<br>nem értek<br>egyet      | Nem értek<br>egyet                    | Semleges                              | Egyetértek                            | Teljesen<br>egyetértek                |
| 26 | Megfelelő lehetőségem van megkérdezni a menedzsereket a munkahelyen történő változásokról | <input type="checkbox"/> <sub>1</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>2</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>3</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>4</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>5</sub> |
|    |   | Egyáltalán<br>nem értek<br>egyet      | Nem értek<br>egyet                    | Semleges                              | Egyetértek                            | Teljesen<br>egyetértek                |
| 27 | Megkapom a nekem járó tiszteletet a munkahelyemen a kollégáktól                           | <input type="checkbox"/> <sub>1</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>2</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>3</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>4</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>5</sub> |
|    |   | Egyáltalán<br>nem értek<br>egyet      | Nem értek<br>egyet                    | Semleges                              | Egyetértek                            | Teljesen<br>egyetértek                |
| 28 | Mindig megbeszélik a munkahelyen történő változásokat az alkalmazottakkal                 | <input type="checkbox"/> <sub>1</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>2</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>3</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>4</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>5</sub> |
|    |   | Egyáltalán<br>nem értek<br>egyet      | Nem értek<br>egyet                    | Semleges                              | Egyetértek                            | Teljesen<br>egyetértek                |
| 29 | Tudok beszélni a menedzseremmel, ha valami bánt vagy bosszant a munkámmal kapcsolatban    | <input type="checkbox"/> <sub>1</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>2</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>3</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>4</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>5</sub> |
|    |   | Egyáltalán<br>nem értek<br>egyet      | Nem értek<br>egyet                    | Semleges                              | Egyetértek                            | Teljesen<br>egyetértek                |
| 30 | A munkaidőm rugalmas lehet  | <input type="checkbox"/> <sub>1</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>2</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>3</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>4</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>5</sub> |
|    |   | Egyáltalán<br>nem értek<br>egyet      | Nem értek<br>egyet                    | Semleges                              | Egyetértek                            | Teljesen<br>egyetértek                |
| 31 | A kollégáim hajlandók meghallgatni a munkával kapcsolatos problémáimat                    | <input type="checkbox"/> <sub>1</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>2</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>3</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>4</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>5</sub> |
|    |   | Egyáltalán<br>nem értek<br>egyet      | Nem értek<br>egyet                    | Semleges                              | Egyetértek                            | Teljesen<br>egyetértek                |
| 32 | Amikor változások történnek a munkahelyen, tisztán látom, mit jelent ez a gyakorlatban    | <input type="checkbox"/> <sub>1</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>2</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>3</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>4</sub> | <input type="checkbox"/> <sub>5</sub> |
|    |   | Egyáltalán<br>nem értek<br>egyet      | Nem értek<br>egyet                    | Semleges                              | Egyetértek                            | Teljesen<br>egyetértek                |

33 Érzelmileg nehéz munkában támogatást kapok

<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
Egyáltalán nem értek egyet	Nem értek egyet	Semleges	Egyetértek	Teljesen egyetértek

34 A munkahelyen feszültek a viszonyok

<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1
Egyáltalán nem értek egyet	Nem értek egyet	Semleges	Egyetértek	Teljesen egyetértek

35 A menedzserem ösztönöz a munkában

<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------

Köszönjük, hogy kitöltötte a kérdőívet.