

**ئامرازی پیوهری دهزگای تهنروستی و سه لامهتی
بۆ نیشانسانی
گوشاری دهروونی که په یوهندی به کارکردنه وه ههیه
(HSE INDICATOR TOOL
FOR
WORK RELATED STRESS)**

- 1 من دوزانم چي له من چاوه پروان ده کړيټ که له کاره که مدا بيکه م
- 2 من خوم ده توانم بريار بده م که که پشو و بده م (ئيس تراحت بکه م)
- 3 به شه جيا وازه کان له نيش داواي شتي جيا وازم ليده که که که ناسان نيه به يه که وه بکړين
- 4 من خوم دوزانم که چون ده بيت کاره که م نه انجام بده م
- 5 من له ريگه ي قسه ي ناپه سه ند بان ره فتاري نابه جي وه دو چاري هه راسانکاري شه خسي بووم
- 6 من ناتوانم کاره کان له نه و کاتانه ي که بو نه انجامداني دياري ده کړيټ به نه انجام بگه يه نم
- 7 نه گه ر کاره کان سه خت و گران ببن ، نه و ا ها و کاره کانم يارمه تيم ده دن
- 8 پشنگيري م ده کړيټ و هانم ده دړيټ سه باره ت به نه و کاره ي که من ده يکه م
- 9 من ده بيت زور به به رده وامي و به چرو پړي کار بکه م
- 10 من خوم ده توانم بريار بده م که چه ند به خي راي کاره که م بکه م
- 11 من به پرووني دوزانم که ناي ا نه رک و به رپرسياري به کاني من کامانه ن
- 12 من ده بيت هه نديک له کاره کانم پشنگوي بخه م چونکه نيشه کانم زورن
- 13 من به پرووني دوزانم ناي ا نامانج و مه به سه ته کاني به شه که ي من چين
- 14 توره ي و کيشه و گيرو گرفت له نيوان ها و کاره کاندا (کارمه نده کاندا) هه يه
- 15 من ده توانم هه ليژيرم که به چ ريگه يه ک کاره که م نه انجام بده م
- 16 من ناتوانم که پشو و (ئيس تراحت) به پي پيويست و ه ر بگرم
- 17 من دوزانم که کاره که ي من چه ند کاري گه ري له سه ر تي کړاي نامانجه کاني ري کخرا وه که/کو مپانيا که هه يه
- 18 من گوشارم (زه غتم) ليده کړيټ که چه ندين سه عات و ماوه ي زور نيش بکه م
- | | | | | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| هه رگيز | به ده گمن | هه نديک جار | زور به ي کات | هه ميشه |
| <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |

- 19 من له سەر کارەكەم ئازادىم و دەتوانم بىر پار بەدەم ھەرچىيەكم بویت بىكەم
- ھەرگىز 1 بە دەگمەن 2 ھەندىك جار 3 زۆرىەى كات 4 ھەمىشە 5
- 20 من دەبىت زۆر بە خىراىى كار بكەم
- ھەرگىز 5 بە دەگمەن 4 ھەندىك جار 3 زۆرىەى كات 2 ھەمىشە 1
- 21 من له شوئىنى كارەكەمدا دوچارى ترساندن و ھەشەلەيكردن بووم
- ھەرگىز 5 بە دەگمەن 4 ھەندىك جار 3 زۆرىەى كات 2 ھەمىشە 1
- 22 من گوشارم دەخريته سەر بۆ ئەنجامدانى كار له كاتى ديارىكرادا كه مەحاله و مومكىن نيه
- ھەرگىز 5 بە دەگمەن 4 ھەندىك جار 3 زۆرىەى كات 2 ھەمىشە 1
- 23 من دەتوانم پشت بە بەرئۆبەرى راستەوخۆى بەشەكەم ببەستم بۆ يارمەتيدانم له چارەسەركردى كيشە و گرفتهكانى كار كه دئنه ئاراوه
- ھەرگىز 1 بە دەگمەن 2 ھەندىك جار 3 زۆرىەى كات 4 ھەمىشە 5
- 24 ھاوكارەكانم بە پىي پئويست پشنگيرى و يارمەتى من دەدەن
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1
- 25 ھەتا رادەيەك من دەسەلاتى ئەووم ھەيە كه بىر پار بەدەم ئايا كارەكەم بە چ شئۆبەيەك ئەنجام بەدەم
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1
- 26 من ھەل و دەرفەتى گونجاوم ھەيە بۆ پرسىاركردن له بەرئۆبەرەكان دەربارەى گۆرانكارىيەكان كه له شوئىنى كارەكەمدا روو دەدەن
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1
- 27 من بە رادەى پئويست له لايەن ھاوكارەكانمەو رىزم لئدەگيرىت
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1
- 28 ھەمىشە سەبارەت بە گۆرانكارىيەكان له شوئىنى كارەكەدا، پرس و پاوئىز بە كارمەندەكان دەكرىت
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1
- 29 ئەگەر شتىك ھەبىت له سەر كارەكە كه بىزارى كرديم يان توورە و بىتاقەتى كرديم، دەتوانم لەبارەيەو قسە لەگەل بەرئۆبەرەكەم بكەم
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1
- 30 كاتەكانى كاركردنم دەتوانرىت گۆرانكارى تئدا بكرىت
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1
- 31 ھاوكارەكانم ئامادەن كه سەبارەت بە كيشە و گرفتهكانى كه پەيوەنديان بە ئىشەكەمەو ھەيە گويم لئ رابگرن
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1
- 32 كاتىك كه گۆرانكارىيەك له كارەكەدا دەكرىت من بە روونى دەزانم كه ئەو گۆرانكارىيانە له ژيانى رۆژانەدا چۆن ئەنجام دەدرين و جىبەجى دەكرين
- بە ھىچ 1 و دەها نيه 2 و دەها 3 ھىچ 4 و دەها نيه 5 راستە بە تەواوتى 1

33 من پشنگيريم سەبارەت بە ئەو کارانەى كە پتويستيان بە پشنگيرىيى دالنهوايى و سۆزدارييه (عاتيفيه) بۆ دابىن دەكرت

بە ھىچ جۆرىك وەھا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
وہا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
ھىچ كامىكيان نيه	۱	۲	۳	۴	۵
وہا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
راستە بە تەواوتى وەھايە	۱	۲	۳	۴	۵

34 پەيوەندىي نىوان كارمەندەكان لە شوينى كارەكەدا لە ژير گوشارىكى (زەغتىكى) زۆردايە

بە ھىچ جۆرىك وەھا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
وہا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
ھىچ كامىكيان نيه	۱	۲	۳	۴	۵
وہا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
راستە بە تەواوتى وەھايە	۱	۲	۳	۴	۵

35 بەرپۆەبەرى بەشەكەم سەبارەت بە كارەكەم ھانم دەدات و پشنگيريم دەكات

بە ھىچ جۆرىك وەھا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
وہا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
ھىچ كامىكيان نيه	۱	۲	۳	۴	۵
وہا نيه	۱	۲	۳	۴	۵
راستە بە تەواوتى وەھايە	۱	۲	۳	۴	۵

سوپاس بۆ پرکردنەوہى ئەم پرسىارنامەيە.