

**Инспекция по охране труда и технике безопасности
Великобритании**

**Руководящие стандарты по преодолению стресса,
связанного с работой**

**ИНСТРУМЕНТ АНАЛИЗА ИНСПЕКЦИИ ПО ОХРАНЕ
ТРУДА И ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ
ВЕЛИКОБРИТАНИИ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СТРЕССА,
СВЯЗАННОГО С РАБОТОЙ**

1	Я понимаю, что от меня требуется на работе	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
2	Я могу решить, когда сделать перерыв	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
3	Различные группы людей на работе требуют от меня выполнения противоречивых заданий	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
4	Я знаю, что делать, чтобы выполнить мою работу	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
5	Я подвергаюсь давлению в форме враждебных слов или поведения	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
6	Мне дают невыполнимые конечные сроки для работы	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
7	Если работа станет трудной, мои коллеги мне помогут	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
8	Я получаю поддержку в виде обратной связи по работе, которую я делаю	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
9	Я должен работать очень интенсивно	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
10	Я выражаю предпочтение скорости моей работы	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
11	Я понимаю, в чем заключаются мои обязанности и ответственность	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
12	Я должен упускать выполнение некоторых заданий, потому что у меня слишком много работы	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
13	Я понимаю цели и задачи моего подразделения	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
14	Между коллегами по работе существуют трения или раздражение	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
15	У меня есть выбор при решении, как я буду выполнять мою работу	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
16	У меня нет достаточных перерывов в работе	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
17	Я понимаю, как моя работа способствует выполнению задач моей организации	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
18	На меня оказывается давление, чтобы я работал сверхурочно	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
19	У меня есть выбор при решении, что я буду делать на работе	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
20	Я должен работать очень быстро	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
21	Я подвергаюсь запугиванию на работе	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
22	Я работаю в нереальной спешке	Никогда 5 Редко 4 Иногда 3 Часто 2 Всегда 1
23	Я могу рассчитывать, что мой непосредственный руководитель поможет мне в решении рабочих проблем	Никогда 1 Редко 2 Иногда 3 Часто 4 Всегда 5
24	Я получаю всю возможную помощь и поддержку от моих коллег	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
25	Я выражаю предпочтение способов выполнения моей работы	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
26	У меня есть достаточно возможностей задать вопросы руководству об изменениях в работе	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
27	Я получаю уважение, которого я заслуживаю, от моих коллег по работе	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
28	Руководство всегда консультируется с сотрудниками об изменениях в работе	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5

	согласен 5
29 Я могу рассказать моему непосредственному руководителю обо всем, что огорчает или раздражает меня в моей работе	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
30 Я могу работать по гибкому графику	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
31 Мои коллеги готовы выслушать меня по поводу проблем, связанных с работой	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
32 Когда в работе делаются изменения, я понимаю, как они работают на практике	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
33 Меня эмоционально поддерживают при выполнении ответственной работы	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5
34 Отношения на работе являются напряженными	Совершенно не согласен 5 Не согласен 4 Не могу ответить 3 Согласен 2 Полностью согласен 1
35 Мой непосредственный руководитель поощряет меня в моей работе	Совершенно не согласен 1 Не согласен 2 Не могу ответить 3 Согласен 4 Полностью согласен 5

Благодарим Вас за то, что Вы ответили на вопросы нашей анкеты

