

Hodnotící formulář 2: Psychická únava

Oblast práce/skupina zaměstnání*) _____

Pracovní činnost:*) _____

V seznamu jsou uvedeny body, které se zabývají psychickou únavou. Hodí se tato tvrzení na práci, kterou vyhodnocujete?

Pokud ano, zakroužkujte daný bod. Pokud ne, nechejte prázdné místo.

Při práci		
1	☐	se vykonávají jen rutinní činnosti.
2	☐	se nemusí nic připravit nebo organizovat, postup nebo výsledky není třeba zaměstnanci kontrolovat..
3	☐	se nevyskytuje zpětná vazba o výsledcích práce.
4	☐	nejsou žádné nebo jen velmi omezené možnosti spolupracovat nebo komunikovat s kolegy.
5	☐	je nutné nepřírozené držení těla.
6	☐	je omezená možnost pohybu.
7	☐	je problém udělat si přestávku.
Vyskytují se i jiné problémy, např.:		
8	☐	špatné podmínky vnímání (např. způsobené nedostatečným osvětlením, prašností, mikroklimatickými podmínkami atd.).
9	☐	nevhodně uspořádané pracovní prostředky.
10	☐	rušivé podmínky pracovního prostředí (např. hluk).
Otázky k oblastem výkon a chování		
Při práci		
11	☐	potřebuji stále víc a víc času na vykonání stejné činnosti.
12	☐	s vlastními chybami jsem seznámen až dodatečně.
13	☐	cítím se vyčerpaný a unavený.
14	☐	moje koncentrace slábne.
15	☐	musím překonávat únavu.
16	☐	pocituji silnou potřebu odpočinout si.
Body 11 až 16 vyplňují jen zaměstnanci.		

*) Uvést údaje podle potřeby