

Hodnoticí formulář 1: Stres

Oblast práce/skupina zaměstnání*) _____

Pracovní činnost:*) _____

V seznamu jsou uvedeny body, které se zabývají prožíváním stresu při práci. Hodí se tato tvrzení na práci, kterou vyhodnocujete?

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

Při práci		
1	☐	je vysoká odpovědnost.
2	☐	se často vyskytuje časový stres.
3	☐	jsme často přerušováni a vyrušováni.
4	☐	máme k dispozici jen malý prostor pro vlastní rozhodování.
5	☐	se musí přijímat rozhodnutí bez dostatečných informací a bez pomůcek pro rozhodování.
6	☐	se vyskytují navzájem si odporující požadavky (např. konflikt mezi dodržováním termínů a zabezpečením přiměřené kvality).
7	☐	chybí podpora kolegů a nadřízených.
Vyskytují se i jiné problémy, např.:		
8	☐	sociální napětí.
9	☐	nedostatek personálu.
10	☐	budoucnost oddělení nebo celého podniku je nejistá.
Otázky k oblastem výkon a chování		
Při práci		
11	☐	často přehlednu mnoho informací.
12	☐	mám pocit, že ztrácím přehled.
13	☐	často dělám chyby.
14	☐	nejsem si jistý, zda pracuji správně.
15	☐	jsem neklidný a nervózní.
16	☐	mám strach, že práci nezvládnou v temínu.
Body 11 až 16 vyplňují jen zaměstnanci.		

*) Uvést údaje podle potřeby