

**Označite svoje odgovore pri spodnjih vprašanjih**

1. Spol	<input type="checkbox"/> moški	<input type="checkbox"/> ženski
2. Starost	<input type="checkbox"/> od 18 do 30 let <input type="checkbox"/> od 31 do 40 let	<input type="checkbox"/> od 41 do 50 let <input type="checkbox"/> več kot 50 let
3. Stopnja izobrazbe	<input type="checkbox"/> Osnovna šola ali manj (I. ali II.) <input type="checkbox"/> Krajše izobraževanje – USO programi za usposabljanje (III.) <input type="checkbox"/> Poklicna šola (IV.) <input type="checkbox"/> Srednja šola (V.)	<input type="checkbox"/> Višja šola (1. stopnja) (VI.) <input type="checkbox"/> Fakulteta, visoka šola VII.) <input type="checkbox"/> Specializacija ali magisterij (VII./2) <input type="checkbox"/> Doktorat znanosti (VIII.)
4. Stan	<input type="checkbox"/> Samski/-a, ločen/-a, ovdovel/-a	<input type="checkbox"/> V partnerskem odnosu, poročen/-a
5. Otroci	<input type="checkbox"/> da	<input type="checkbox"/> ne
6. Živim:	<input type="checkbox"/> Sam <input type="checkbox"/> Sam z otroki	<input type="checkbox"/> S partnerjem brez otrok <input type="checkbox"/> S partnerjem in z otroki
7. Sem v skupnem gospodinjstvu:	<input type="checkbox"/> S svojimi oz. partnerjevimi starši <input type="checkbox"/> S svojimi oz. partnerjevimi starimi starši <input type="checkbox"/> S svojimi oz. drugimi partnerjevimi sorodniki (brat, sestra, bratranci) <input type="checkbox"/> Z drugimi ne-sorodniki <input type="checkbox"/> Nimam skupnega gospodinjstva	
8. Ali ste imeli v zadnjih 12 mesecih katero od spodaj naštetih zdravstvenih težav (označite vse ustrezne odgovore, ki veljajo za vas)?	<input type="checkbox"/> Težave s sluhom <input type="checkbox"/> Kožna obolenja <input type="checkbox"/> Težave s hrbtenico <input type="checkbox"/> Bolečine v mišicah ramena, vratu in/ali zgornjih udov <input type="checkbox"/> Bolečine v mišicah spodnjih udov (boki, noge, kolena, stopalo, ipd.) <input type="checkbox"/> Glavoboli, težave z vidom <input type="checkbox"/> Bolečine v želodcu	
	<input type="checkbox"/> Težave z dihanjem <input type="checkbox"/> Kardiovaskularna obolenja <input type="checkbox"/> Poškodbe <input type="checkbox"/> Depresija, anksioznost (tesnoba) <input type="checkbox"/> Utrujenost <input type="checkbox"/> Nespečnost, težave s spanjem <input type="checkbox"/> Invalidnost <input type="checkbox"/> Drugo	

9. Ste bili v zadnjih 12 mesecih zaradi naštetih težav odsotni z dela? <input type="checkbox"/> da <input type="checkbox"/> ne Če da, koliko dni? <input type="checkbox"/> 1 do 6 dni <input type="checkbox"/> 7 do 14 dni <input type="checkbox"/> nad 15 dni
10. Ali ste morali v zadnjih 12 mesecih redno jemati kakšno od naštetih zdravil? (označite vse ustrezne odgovore, ki veljajo za vas)
<input type="checkbox"/> Nobeno <input type="checkbox"/> Za uravnavanje krvnega tlaka <input type="checkbox"/> Za uravnavanje holesterola <input type="checkbox"/> Za uravnavanje delovanja ščitnice <input type="checkbox"/> Za uravnavanje sladkorja <input type="checkbox"/> Proti bolečinam
<input type="checkbox"/> Proti anksioznosti <input type="checkbox"/> Proti depresiji <input type="checkbox"/> Proti nespečnosti <input type="checkbox"/> Proti alergiji <input type="checkbox"/> Za preprečevanje epileptičnih napadov <input type="checkbox"/> Drugo
11. Na katerem delovnem mestu delate trenutno? _____
12. Koliko časa delate na sedanjem delovnem mestu? _____ let in _____ mesecev
13. Na kakšen način ste zaposleni na tem delovnem mestu? <input type="checkbox"/> Za nedoločen čas <input type="checkbox"/> Za določen čas <input type="checkbox"/> Drugo
14. V kakšnem obsegu ste zaposleni na tem delovnem mestu? <input type="checkbox"/> Za polni delovni čas <input type="checkbox"/> S skrajšanim delovnim časom <input type="checkbox"/> Drugo
15. V kateri geografski (statistični) regiji ste v zadnjih 12 mesecih prebivali večino časa?
<input type="checkbox"/> Pomurska <input type="checkbox"/> Zasavska <input type="checkbox"/> Spodnjeposavska <input type="checkbox"/> Koroška <input type="checkbox"/> Podravska <input type="checkbox"/> Jugovzhodna Slovenija
<input type="checkbox"/> Savinjska <input type="checkbox"/> Notranjskokraška <input type="checkbox"/> Gorenjska <input type="checkbox"/> Obalnodravska <input type="checkbox"/> Goriška <input type="checkbox"/> Osrednjeslovenska
<u>Izpolnite zgolj po navodilu, sicer pustite prazno!</u>
Šifra: _____
Poklicna skupina: _____

Pred vami je vprašalnik s trditvami, ki se nanašajo na **značilnosti vašega dela in delovne organizacije, vas samih in okolja**, v katerem živite. Prosimo, pozorno preberite vsako trditev in na lestvici od 1 do 5 ocenite, v kolikšni meri je trditev značilna za vas v **obdobju zadnjega leta**, oziroma, v kolikšni meri se strinjate z njo, tako da **obkrožite ustrezno oceno**.

Ocene od 1 do 5 pomenijo:

- 1 ... *sploh se ne strinjam s trditvijo/ nikoli ne velja zame*
 2 ... *malo se strinjam / redko velja zame*
 3 ... *srednje se strinjam / občasno velja zame*
 4 ... *precej se strinjam / pogosto velja zame*
 5 ... *zelo se strinjam / večinoma velja zame*

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
1. O delu, ki ga moram opraviti, dobivam nejasne, pomanjkljive ali nasprotujoče si informacije ali navodila.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Za napredovanje na delovnem mestu dobivam malo spodbud.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Moj osebni dohodek je prenizek glede na moj vložen napor pri delu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. V moji delovni organizaciji je malo komunikacije oz. zaupanja med vodstvom in zaposlenimi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. S svojimi sodelavci imam napet in konflikten odnos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Nadrejeni oz. delodajalec pretirano nadzira moje delo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Za moj poklic oz. moje delo je značilna velika odgovornost do strank, klientov, uporabnikov, varovancev, pacientov oz. učencev.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. V delovni organizaciji dobim malo povratnih informacij o delu, ki sem ga opravil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
9. V delovni organizaciji mi nudijo za obvladovanje težkih situacij in težav le malo podpore.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Moje delo ni zahtevno.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. V moji delovni organizaciji je med sodelavci veliko tekmovalnosti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Naši vodstveni delavci so pomanjkljivo usposobljeni za vodenje organizacije.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Ni mi jasno, na kakšen način ocenjujejo mojo delovno uspešnost v delovni organizaciji.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Obseg mojih delovnih nalog je majhen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Opravljam več različnih delovnih nalog hkrati.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Postopki mojega dela se stalno spreminjajo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Med moje delovne naloge sodijo tudi pogovori s strankami (klienti, pacienti, varovanci), ki so čustveno obremenjujoči.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. V delovni organizaciji, kjer sem zaposlen, je v zadnjem letu prišlo do sprememb, kot so reorganizacija, sprememba lastništva, stečaj podjetja, odpuščanje delavcev.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Če naredim napako na delovnem mestu, ima to lahko hude posledice (materialno ali drugo težko popravljivo škodo).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
20. Pri svojem delu imam veliko opravka z ljudmi (strankami, klienti, uporabniki).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Moje delo je zelo zahtevno.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Delodajalec me ne podpira pri mojem osebnem razvoju.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Obseg mojih delovnih nalog je velik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Z nadrejenimi imam napet in konflikten odnos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Na delovnem mestu imam malo stikov z drugimi ljudmi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. V moji delovni organizaciji se dogajajo kršitve pravil vedenja.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Moje delo vključuje veliko časovnih rokov v kratkem času.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Imam majhen vpliv na odločitve v moji delovni organizaciji (o urniku, sodelavcih, delovnih nalogah, politiki poslovanja...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Izpostavljen škodljivim okoljskim vplivom (hrup, vročina, mraz, plini, hlapi, prah, vibracije, bleščanje).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Potek mojega dela je odvisen od tega, kako hitro ali kvalitetno svoje delo opravijo moji sodelavci.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Moja delovna organizacija je precej zadolžena.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
32. Ko se pri mojem delu pojavi problem, imam na voljo malo načinov reševanja in še ti so vnaprej določeni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. V moji delovni organizaciji za dobro opravljeno delo nisem nagrajen (materialne nagrade, pohvale).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. V moji delovni organizaciji prihaja do zlorabe moči nadrejenih.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Pri napredovanju v delovni organizaciji se srečujem z ovirami.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. Moj osebni dohodek je prenizek za zadovoljevanje osnovnih potreb.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. Delam v izmenah.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. Reševanje delovnih sporov v moji delovni organizaciji je neučinkovito.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. Pri delu je drža mojega telesa dalj časa prisiljena (sedenje, stanje).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. Na tem delovnem mestu sem bil že priča resni delovni nesreči oz. poškodbi sodelavca.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41. Običajno odlagam oz. se izogibam reševanju problemov.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42. V moji delovni organizaciji je prisotna neenaka obravnava zaposlenih.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43. Probleme dojemam bolj kot grožnje in ne kot izzive.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
44. Moj delodajalec izvaja premalo ukrepov na področju skrbi za zdravje in varnost.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45. Do svoje delovne oz. zaščitne opreme težko pridem oz. je slabo vzdrževana.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46. Imam slab nadzor nad vsebino, časovnim razporejanjem in hitrostjo izvajanja delovnih nalog.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47. V prostoru, kjer delam, je veliko ljudi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. Doma se težko učinkovito organiziram.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49. Pri mojem delu je velika verjetnost za nastanek nesreče, poškodbe pri delu (delo na višini, gradbišču, v prometu).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. Pri delu dvigujem težka bremena.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51. V moji delovni organizaciji je prisotno nasilje, nadlegovanje na delovnem mestu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52. Moje delo vključuje ponavljajoče se gibe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53. V mojem delovnem okolju med delom vidim pretresljive ali neprijetne prizore.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54. Na tem delovnem mestu sem že imel nesrečo/poškodbo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55. Moj delodajalec izvaja premalo ukrepov za zmanjševanje poklicnega stresa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
56. Moje delo je monotono oz. vključuje malo raznolikih nalog.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57. Moj delovni čas je daljši od 8 ur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58. Opravljam nočno delo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59. Moj delovni čas je nepredvidljiv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60. Med delom imam premalo odmorov.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
61. V zadnjem letu sem izkoristil le nekaj dni rednega dopusta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62. Med delom imam malo dovoljenih izhodov z dela.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63. Med delom se srečujem z nepredvidenimi problemi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64. Moje premoženjsko stanje je slabo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65. Moje delo je v veliki meri odvisno od zahtev klientov oz. strank.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66. Moje bivalne razmere so slabe (majhno stanovanje, brez vodovodne napeljave, brez centralnega ogrevanja).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67. Zaradi slabih prometnih povezav porabim veliko časa, da pridem iz kraja prebivališča na delovno mesto.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
68. Slabo se prilagajam spremembam delovnih postopkov, obsega in značilnosti delovnih nalog, menjavi sodelavcev na delovnem mestu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69. V delovni organizaciji, kjer delam, bi težko dobil otroško varstvo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
70. Opravljam dodatna dela izven delovnega mesta (na primer delo na kmetiji, popoldanska obrt).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71. Počutim se tesnobno, zaskrbljeno ali razdražljivo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
72. Zdravstvena služba je daleč od mojega kraja prebivališča.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
73. Rezultati in cilji mojega dela so mi zelo pomembni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
74. Družina me malo podpira v zvezi z delovnimi obveznostmi (premajhen posluh partnerja, slaba organiziranost dela doma).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
75. Grozi mi odpustitev.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
76. V delovni organizaciji, kjer delam, bi težko dobil očetovski (oz. materinski) dopust.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
77. V moji delovni organizaciji pomanjkljivo izvajajo zakonodajo na področju delovnih razmerij in varstva pri delu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
78. Na delovnem mestu imam majhno podporo v zvezi s svojimi družinskimi obveznostmi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
79. Primanjkuje mi časa za prostočasne dejavnosti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
80. Delovna organizacija ima nerealna pričakovanja do mene o količini dela, ki naj bi ga opravil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
81. Na delovnem mestu se pogosto želim dokazati.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
82. Doma se ukvarjam s čustvenimi ali vedenjskimi težavami svojih otrok.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
83. Moje osebne vrednote in narava mojega dela si nasprotujejo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
84. Moj življenjski slog je dokaj neurejen (neredni obroki, neurejen spalni cikel, pomanjkanje športne aktivnosti).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
85. V delovni organizaciji nimam možnosti, da bi imel skrajšan delovni čas zaradi starševstva.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
86. Delo, ki ga opravljam, mi veliko pomeni in počutim se osebno odgovornega za uspeh podjetja.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
87. Delo mi predstavlja najpomembnejšo vrednoto v življenju.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
88. Imam pogoste ali dolgotrajne telesne bolečine oz. trpim za kroničnim telesnim obolenjem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
89. S partnerjem imam težave oz. se z njim ne razumem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
90. Sem precej zadolžen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
91. Negativno in pesimistično gledam na rezultate svojega dela.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
92. Delodajalec mi ob rednem delu nalaga še dodatno delo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
93. V zadnjem letu je bil eden od naših družinskih članov hudo bolan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
94. Moje delo poteka tudi na terenu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
95. Zaradi svojih občutkov dolgotrajne žalosti, pretirane zaskrbljenosti in tesnobe sem že razmišljal o strokovni pomoči ali jo poiskal.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
96. Ko zbolim, običajno ne koristim bolniškega staleža.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
97. Naveličan sem svojega dela oz. zasičen sem z njim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
98. Nerad prevzamem odgovornost na delovnem mestu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
99. Moja imunska odpornost je slaba.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
100. Nagnjen sem k precenjevanju svojih sposobnosti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
101. Za to delovno mesto nimam veliko predhodnih delovnih izkušenj oz. še nisem dovolj usposobljen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
102. V drugi delovni organizaciji bi lahko bolje ali hitreje napredoval kot v tej.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5
103. Primanjkuje mi časa za druženje s prijatelji in sorodniki.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
104. Moje delovne naloge se hitro menjavajo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
105. Sem popustljive narave.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
106. Nimam jasne osebne karijerne usmeritve.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
107. Postopki mojega dela so nevarni (npr. uporaba prisilnih sredstev).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
108. Bolniški stalež koristim tudi, ko postane moje delo preveč stresno.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
109. V moji delovni organizaciji obstaja zapletena hierarhična struktura, kjer pristojnosti in odgovornosti zaposlenih niso jasno določene.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
110. Slabo poznam tehnike in načine za ustrezno spoprijemanje s stresom na delovnem mestu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
111. Sistem nagrajevanja in napredovanja v moji delovni organizaciji ni pravičen do vseh zaposlenih.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
112. Zdi se mi, da je v družbi prisotna splošna negotovost, ki vpliva na moje delo in počutje.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
113. Ob delu se še dodatno izobražujem (doseganje višje stopnje izobrazbe, prekvalifikacija, ipd.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>		<i>sploh se ne strinjam / nikoli ne velja zame</i>	<i>malo se strinjam / redko velja zame</i>	<i>srednje se strinjam / občasno velja zame</i>	<i>precej se strinjam / pogosto velja zame</i>	<i>zelo se strinjam / skoraj vedno velja zame</i>
	1	2	3	4	5		1	2	3	4	5
114. Ponuja se mi možnost, da bi opravljal lažje delo na drugem delovnem mestu ali v drugi delovni organizaciji.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	122. Od dela, ki ga opravljam, sem pričakoval preveč, zato se je porušila moja predstava o idealnem delu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
115. Delo, ki ga trenutno opravljam, me ne veseli.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	123. Moje delovne navade bi lahko bile boljše.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
116. Pri svojem delu nosim veliko odgovornost, saj je od rezultatov mojega dela v veliki meri odvisen uspeh moje delovne organizacije, ali uspešnost dela mojih sodelavcev.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	124. Vrtec je daleč od mojega kraja prebivališča.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
117. Ne vzamem si dovolj časa zase.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	125. Zelo se bojim, da bi pri svojem delu naredil napako.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
118. V moji delovni organizaciji prihaja do kraje kadrov in nepoštene konkurence s strani drugih delovnih organizacij.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	126. Doma sem bodisi priča bodisi izpostavljen besednemu ali telesnemu obračunavanju med družinskimi člani.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
119. Tudi sam moram sodelovati pri pridobivanju finančnih sredstev, da dobim polno plačo ali obdržim zaposlitev.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	127. Nagnjen sem k temu, da hočem svoje delo opraviti popolno.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
120. V zadnjem letu so se zgodile v naši družini večje spremembe (na primer rojstvo ali smrt družinskega člana, razveza ali poroka).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	128. Med delovnim časom načrtujem in urejam nekatere zasebne zadeve ali opravljam aktivnosti, ki niso povezane z mojim delom (telefoniranje, nakupovanje, izobraževanje, obiski, ...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
121. V moji delovni organizaciji začasno odpuščajo zaposlene in jih ponovno zaposlujejo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	129. V moji delovni organizaciji primanjkuje kadrov.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
						130. Na delovnem mestu težko učinkovito organiziram svoj čas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Instrument IDTS je prosto dostopno orodje, ki ga je zasnovala raziskovalna skupina Družbenomedicinskega inštituta ZRC SAZU.

Pri njegovi uporabi in javnih predstavitvah rezultatov, pridobljenih z njim navajajte sledeči vir:

Lilijana Šprah, Nataša Sedlar, Tatjana Novak: Orodje za prepoznavanje obrambitev na delovnem mestu in očno poklicnega stresa ter njegovih škodljivih posledic (Instrument IDTS), Družbenomedicinski inštitut ZRC SAZU, junij 2012.

[Za vsakršne spremembe in prilagoditve orodja ter za njegovo uporabo kot spletne aplikacije je potrebno pridobiti dovoljenje avtorice Instrumenta IDTS.](#)