

پیوست ۲. پرسشنامه استرس شغلی اسپپو

ردیف		هرگز	گاهی	اغلب	معمولا	بیشتر اوقات
۱	از من انتظار می رود در محیط کار، در زمان کم وظایف متعددی را انجام دهم.					
۲	احساس می کنم مسئولیت های شغلی من رو به افزایش است.					
۳	در محیط کار از من انتظار انجام کارهایی را دارند که هرگز برای آنها آموزش ندیده ام.					
۴	من مجبورم وظایف مربوط به محیط کار را در منزل انجام دهم.					
۵	برای انجام کار خود همه امکانات در دسترس من باشد.					
۶	احساس می کنم صلاحیت آنچه را انجام می دهم دارم.					
۷	زمان انجام کارهای من محدود می باشد.					
۸	دلم می خواهد کمک بیشتری داشته باشم تا بتوانم انتظاراتی که در محیط کار از من می رود پاسخگو باشم.					
۹	شغل من ایجاب می کند که کارهای مختلفی را که از اهمیت یکسان برخوردارند همزمان انجام دهم.					
۱۰	از من انتظار می رود که بیشتر از حد معقول کار انجام دهم.					
۱۱	احساس می کنم که در حرفه خود همان گونه که انتظار داشتم در حال پیشرفت هستم.					
۱۲	احساس می کنم کار من با علایق و مهارت های من منطبق می باشد.					
۱۳	از کارم خسته شده ام.					
۱۴	احساس می کنم که در شغل خود دارای مسئولیت کافی می باشم.					
۱۵	استعدادهای من در محیط کار مورد استفاده قرار می گیرد.					
۱۶	شغل من آینده خوبی دارد.					
۱۷	شغل من مرا از نظر موقعیت و مطرح بودن در جامعه ارضاء می کند.					
۱۸	احساس می کنم توانایی های من بیش از حدی است که شغل من به آن نیاز دارد.					
۱۹	در محیط کار مهارت های جدیدی را می آموزم.					
۲۰	باید وظایفی را انجام دهم که پایین تر از حد توانایی من است.					
۲۱	در مورد عملکرد خود از سوپروایزر و مسئول بازخوردهای مناسب دریافت می کنم.					
۲۲	آنچه برای پیشرفت کار خود باید انجام دهم برای من روشن است.					
۲۳	در محیط کار خود در مورد آنچه باید انجام دهم تردید دارم.					
۲۴	وقتی با کارهای مختلف مواجه می شوم می دانم اولویت با کدام است.					
۲۵	وقتی پروژه جدیدی به من محول می شود می دانم آن را از کی شروع کنم.					
۲۶	سوپروایزر از من می خواهد کاری را انجام دهم که مغایر گفته اوست.					
۲۷	دقیقا" میدانم در محیط کارم چه رفتارهایی از من انتظار دارند(مثلا" چگونه لباس بپوشم).					
۲۸	اولویت های شغلی من برایم روشن است.					
۲۹	کاملا" درک می کنم که مسئولم انتظار دارد وقتی را چگونه بگذرانم.					
۳۰	اصولی را که براساس آن ارزشیابی می شوم می شناسم.					
۳۱	بین آنچه مسئولم از من انتظار دارد انجام دهم و آنچه خود فکر می کنم صحیح است احساس تضاد می کنم.					
۳۲	احساس می کنم بین ناهماهنگی های محل کار گرفتار شده ام.					
۳۳	دستور دهندگان من بیش از یک نفر هستند.					
۳۴	می دانم در سازمان در چه جایی مناسب هستم.					
۳۵	در مورد کاری که انجام می دهم احساس خوبی دارم.					

۳۶	سوپروایزرهای من ایده های متضادی در مورد کارهایی که باید انجام دهم دارند.				
۳۷	شغل من ایجاب می کند که با افرادی از گروههای مختلف حوزه های کاری کار کنم.				
۳۸	در محیط کار من مشخص است چه کسی کارها را پیش می برد.				
۳۹	من مسئولیت های محیط کار خود را تقسیم کرده ام.				
۴۰	من اغلب با افراد سایر واحدها یا گروه های کاری مخالفم.				
۴۱	احساس می کنم در طی روز با افراد زیادی بیش از آنچه ترجیح می دهم در تماس هستم.				
۴۲	من وقت کاری خود را صرف مشکلاتی می کنم که دیگران برای من به وجود آورده اند.				
۴۳	من مسئول رفاه رده های پایین تر از خود می باشم.				
۴۴	همکاران من به من به عنوان یک رهبر می نگرند.				
۴۵	من در محیط کار مسئول فعالیت های دیگران هم می باشم.				
۴۶	من نگران صحت انجام کار افرادی هستم که با من کار می کنند.				
۴۷	شغل من ایجاب می کند که تصمیم های مهمی را بگیرم.				
۴۸	اگر در محیط کار اشتباهی از من سر بزند نتایج آن می تواند برای دیگران مضر باشد.				
۴۹	من در مورد انجام مسئولیت های شغلی ام نگرانم.				
۵۰	افرادی را که با آنها کار می کنم دوست دارم.				
۵۱	در محیط کار خود در معرض سر و صدای زیادی قرار دارم.				
۵۲	در محیط کار خود در معرض رطوبت زیادی قرار دارم.				
۵۳	در محیط کار خود در معرض گرد و خاک زیادی قرار دارم.				
۵۴	در محیط کار خود در معرض حرارت زیاد و یا حرارت کم قرار دارم.				
۵۵	در محیط کار خود در معرض نور نامناسب قرار دارم.				
۵۶	شغل من از نظر فیزیکی خطرناک است.				
۵۷	برنامه کار من نامنظم است.				
۵۸	در محیط کار خود در معرض بوهای نا خوشایند قرار دارم.				
۵۹	در محیط کار خود در معرض مواد سمی قرار دارم				
۶۰	در کار خود منزوی هستم.				