

# Vägledande PDF för poängsättning COPSOQ II, Sverige

Denna PDF är skapad för att underlätta poängsättningen när man har genomfört en enkätundersökning. Frågorna står i samma ordning som i enkäten, men utan svarsalternativ. Istället finns två kolumner till vänster om frågorna, där du tydligt kan se vilken skala och vilken dimension frågan tillhör.

PDF:en kan med fördel användas som ett kompletterande verktyg till dokumentet ”Poängsättning COPSOQ II, Sverige“. Observera att detta dokument inte ska användas för att genomföra en enkätundersökning.

Vid frågor, kontakta vänligen oss på; [info@copsoq.se](mailto:info@copsoq.se)

Dimension	Skala	Fråga
Krav i arbetet	Kvantitativa krav	Är din arbetsbörda ojämnt fördelad så att arbete samlas på hög?
Krav i arbetet	Känslomässiga krav	Hamnar du genom ditt arbete i känslomässigt påfrestande situationer?
Arbetets organisering och innehåll	Inflytande	Har du möjlighet att påverka väsentliga beslut som gäller ditt arbete?
Krav i arbetet	Arbetstempo	Är du tvungen att arbeta väldigt snabbt?
Samarbete och ledning	Social gemenskap i arbetet	Är stämningen bra mellan dig och dina arbetskamrater?
Krav i arbetet	Känslomässiga krav	Måste du förhålla dig till andra människors personliga problem i ditt arbete?
Arbetets organisering och innehåll	Inflytande	Kan du påverka vem du arbetar tillsammans med?
Arbetets organisering och innehåll	Inflytande	Kan du påverka vad du gör i ditt arbete?
Krav i arbetet	Kvantitativa krav	Kommer du efter med ditt arbete?
Arbetets organisering och innehåll	Variation	Är ditt arbete varierat?
Samarbete och ledning	Social gemenskap i arbetet	Är samarbetet bra mellan arbetskamraterna på din arbetsplats?
Krav i arbetet	Kvantitativa krav	Hur ofta händer det att du inte hinner slutföra alla dina arbetsuppgifter?
Krav i arbetet	Kvantitativa krav	Har du tillräckligt med tid för att utföra dina arbetsuppgifter?
Samarbete och ledning	Social gemenskap i arbetet	Känner du dig delaktig i en gemenskap på din arbetsplats?
Arbetets organisering och innehåll	Inflytande	Kan du påverka din arbetsmängd?
Arbetets organisering och innehåll	Involvering på arbetsplatsen	Hur ofta överväger du att söka nytt jobb?
Samarbete och ledning	Socialt stöd från kollegor	Om du behöver, får du hjälp och stöd från dina kollegor?
Samarbete och ledning	Socialt stöd från kollegor	Om du behöver, är dina kollegor beredda att lyssna till dina problem med arbetet?
Samarbete och ledning	Socialt stöd från kollegor	Hur ofta talar dina kollegor med dig om hur du utför ditt arbete?
Krav i arbetet	Arbetstempo	Måste du hålla ett högt arbetstempo?

Dimension	Skala	Fråga
Krav i arbetet	Känslomässiga krav	Är ditt arbete känslomässigt krävande?
Arbetets organisering och innehåll	Utvecklingsmöjligheter	Kräver ditt arbete att du tar initiativ?
Arbetets organisering och innehåll	Mening i arbetet	Är ditt arbete meningsfullt?
Samarbete och ledning	Förutsägbarhet	Får du information i god tid på din arbetsplats t.ex. när det gäller viktiga beslut, förändringar och framtidsplaner?
Samarbete och ledning	Klarhet i rollerna	Finns det klara mål för ditt arbete?
Samarbete och ledning	Rollkonflikter	Ställs det krav som strider mot varandra i ditt arbete?
Samarbete och ledning	Erkännande	Uppmärksammar och uppskattar ledningen din arbetsinsats?
Arbetets organisering och innehåll	Mening i arbetet	Känner du att din arbetsinsats är viktig?
Arbetets organisering och innehåll	Involvering på arbetsplatsen	Skulle du rekommendera andra att söka anställning på din arbetsplats?
Samarbete och ledning	Klarhet i rollerna	Vet du exakt vilka som är dina ansvarsområden?
Samarbete och ledning	Erkännande	Respekteras du av ledningen på din arbetsplats?
Krav i arbetet	Känslomässiga krav	Blir du känslomässigt berörd av ditt arbete?
Arbetets organisering och innehåll	Utvecklingsmöjligheter	Kan du använda ditt kunnande eller dina färdigheter i ditt arbete?
Samarbete och ledning	Förutsägbarhet	Får du veta du allt du behöver för att klara ditt arbete på ett bra sätt?
Samarbete och ledning	Rollkonflikter	Gör du saker i arbetet som accepteras av vissa personer men inte av andra?
Samarbete och ledning	Erkännande	Behandlas du rättvist på din arbetsplats?
Samarbete och ledning	Klarhet i rollerna	Vet du precis vad som förväntas av dig i ditt arbete?
Samarbete och ledning	Rollkonflikter	Måste du ibland göra något som egentligen borde ha gjorts annorlunda?
Arbetets organisering och innehåll	Utvecklingsmöjligheter	Har du möjlighet att lära dig något nytt genom ditt arbete?
Arbetets organisering och innehåll	Mening i arbetet	Känner du dig motiverad och engagerad i ditt arbete?

Dimension	Skala	Fråga
Samarbete och ledning	Rollkonflikter	Måste du ibland göra saker i ditt arbete som kan verka onödiga?
Krav i arbetet	Arbetstempo	Arbetar du i ett högt tempo under hela dagen?
Arbetets organisering och innehåll	Utvecklings- möjligheter	Erbjuder ditt arbete möjligheter att utveckla dina färdigheter?
Arbetets organisering och innehåll	Involvering på arbetsplatsen	Har din arbetsplats stor betydelse för dig?
Hur tillfredsställd är du med:		
Tillfredsställdhet	Tillfredsställdhet med arbetet	dina framtidsutsikter i jobbet?
Tillfredsställdhet	Tillfredsställdhet med arbetet	fysiska arbetsförhållanden?
Tillfredsställdhet	Tillfredsställdhet med arbetet	det sätt dina kunskaper används på?
Tillfredsställdhet	Tillfredsställdhet med arbetet	ditt arbete som helhet, allt inräknat?
Värderingar på arbetsplatsen	Tillit och trovärdighet mellan ledning och medarbetare	Litar ledningen på att medarbetarna gör ett bra jobb?
Värderingar på arbetsplatsen	Tillit och trovärdighet mellan ledning och medarbetare	Kan man lita på den information som kommer från ledningen?
Värderingar på arbetsplatsen	Rättvisa och respekt	Löses konflikter på ett rättvist sätt?
Värderingar på arbetsplatsen	Tillit och trovärdighet mellan ledning och medarbetare	Undanhåller ledningen viktig information från de anställda?
Värderingar på arbetsplatsen	Rättvisa och respekt	Blir de anställda uppskattade för en bra arbetsinsats?
Värderingar på arbetsplatsen	Tillit och trovärdighet inbördes mellan de anställda	Undanhåller de anställda information från varandra?

Dimension	Skala	Fråga
Värderingar på arbetsplatsen	Tillit och trovärdighet inbördes mellan de anställda	Undanhåller de anställda information från ledningen?
Värderingar på arbetsplatsen	Tillit och trovärdighet inbördes mellan de anställda	Litar de anställda i allmänhet på varandra?
Värderingar på arbetsplatsen	Rättvisa och respekt	Hanterar ledningen alla förslag från de anställda seriöst?
Värderingar på arbetsplatsen	Tillit och trovärdighet mellan ledning och medarbetare	Är det möjligt för de anställda att uttrycka sina åsikter och känslor?
Värderingar på arbetsplatsen	Rättvisa och respekt	Fördelas arbetsuppgifterna på ett rättvist sätt?
Samarbete och ledning	Socialt stöd från överordnad	Om du behöver, är din närmaste chef beredd att lyssna på problem som rör ditt arbete?
Samarbete och ledning	Socialt stöd från överordnad	Om du behöver, får du stöd och hjälp med ditt arbete från din närmaste chef?
Samarbete och ledning	Socialt stöd från överordnad	Hur ofta talar din närmaste chef med dig om hur du utför ditt arbete?
		I vilken utsträckning anser du att din närmaste chef –
Samarbete och ledning	Ledningskvalitet	– ser till att samtliga medarbetare har bra utvecklingsmöjligheter?
Samarbete och ledning	Ledningskvalitet	– prioriterar trivseln på arbetsplatsen högt?
Samarbete och ledning	Ledningskvalitet	– är bra på att planera arbetet?
Samarbete och ledning	Ledningskvalitet	– är bra på att hantera konflikter?
Värderingar på arbetsplatsen	Inkluderande och det sociala ansvaret	Behandlas män och kvinnor som jämställda på din arbetsplats?
Värderingar på arbetsplatsen	Inkluderande och det sociala ansvaret	Finns det utrymme för anställda av olika etnisk bakgrund och med olika religion?
Hälsa och välbefinnande	Sömnbesvär	Hur ofta har du sovit dåligt eller oroligt?
Hälsa och välbefinnande	Utbrändhet	Hur ofta har du saknat ork och energi?

Dimension	Skala	Fråga
Hälsa och välbefinnande	Sömnbesvär	Hur ofta har du haft svårt att somna?
Hälsa och välbefinnande	Utbrändhet	Hur ofta har du varit fysiskt utmattad?
Hälsa och välbefinnande	Utbrändhet	Hur ofta har du varit känslomässigt utmattad?
Hälsa och välbefinnande	Sömnbesvär	Hur ofta har du vaknat för tidigt och inte kunnat somna om?
Hälsa och välbefinnande	Utbrändhet	Hur ofta har du känt dig trött?
Hälsa och välbefinnande	Sömnbesvär	Hur ofta har du vaknat fler gånger och haft svårt att somna om?
Hälsa och välbefinnande	Stress	Hur ofta har du haft svårt att koppla av?
Hälsa och välbefinnande	Stress	Hur ofta har du varit lättretlig?
Hälsa och välbefinnande	Stress	Hur ofta har du varit anspänd?
Hälsa och välbefinnande	Stress	Hur ofta har du varit stressad?
Hälsa och välbefinnande	Självskattad hälsa	I allmänhet, skulle du vilja säga att din hälsa är:
Arbete och privatliv	Relationen mellan arbete och privatliv	Upplever du ofta en konflikt mellan ditt arbete och privatliv, så att du helst hade velat vara på "båda ställena samtidigt"?
Arbete och privatliv	Relationen mellan arbete och privatliv	Känner du att ditt arbete tar så mycket av din energi att det påverkar privatlivet negativt?
Arbete och privatliv	Relationen mellan arbete och privatliv	Känner du att ditt arbete tar så mycket av din tid att det påverkar privatlivet negativt?
Arbete och privatliv	Relationen mellan arbete och privatliv	Säger din familj eller dina vänner till dig att du arbetar för mycket?
Hälsa och välbefinnande	Konflikter och kränkande beteende	Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för hot om våld på din arbetsplats?
Hälsa och välbefinnande	Konflikter och kränkande beteende	Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för fysiskt våld på din arbetsplats?
Hälsa och välbefinnande	Konflikter och kränkande beteende	Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för mobbing på din arbetsplats?
Hälsa och välbefinnande	Konflikter och kränkande beteende	Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för icke önskvärd sexuell uppmärksamhet på din arbetsplats?