## Guía de referencia II

## CUESTIONARIO PARA IDENTIFICAR LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL EN LOS CENTROS DE TRABAJO

Para responder las preguntas siguientes considere las condiciones de su centro de trabajo, así como la cantidad y ritmo de trabajo.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Siempre** | **Casi siempre** | **Algunas veces** | **Casi nunca** | **Nunca** |
| 1 | Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico |  |  |  |  |  |
| 2 | Me preocupa sufrir un accidente en mi trabajo |  |  |  |  |  |
| 3 | Considero que las actividades que realizo son peligrosas |  |  |  |  |  |
| 4 | Por la cantidad de trabajo que tengo debo quedarme tiempo adicional a mi turno |  |  |  |  |  |
| 5 | Por la cantidad de trabajo que tengo debo trabajar sin parar |  |  |  |  |  |
| 6 | Considero que es necesario mantener un ritmo de trabajo acelerado |  |  |  |  |  |
| 7 | Mi trabajo exige que esté muy concentrado |  |  |  |  |  |
| 8 | Mi trabajo requiere que memorice mucha información |  |  |  |  |  |
| 9 | Mi trabajo exige que atienda varios asuntos al mismo tiempo |  |  |  |  |  |

Las preguntas siguientes están relacionadas con las actividades que realiza en su trabajo y las responsabilidades que tiene.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Siempre** | **Casi siempre** | **Algunas veces** | **Casi nunca** | **Nunca** |
| 10 | En mi trabajo soy responsable de cosas de mucho valor |  |  |  |  |  |
| 11 | Respondo ante mi jefe por los resultados de toda mi área de trabajo |  |  |  |  |  |
| 12 | En mi trabajo me dan órdenes contradictorias |  |  |  |  |  |
| 13 | Considero que en mi trabajo me piden hacer cosas innecesarias |  |  |  |  |  |

Las preguntas siguientes están relacionadas con el tiempo destinado a su trabajo y sus responsabilidades familiares.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Siempre** | **Casi siempre** | **Algunas veces** | **Casi nunca** | **Nunca** |
| 14 | Trabajo horas extras más de tres veces a la semana |  |  |  |  |  |
| 15 | Mi trabajo me exige laborar en días de descanso, festivos o fines de semana |  |  |  |  |  |
| 16 | Considero que el tiempo en el trabajo es mucho y perjudica mis actividades familiares o personales |  |  |  |  |  |
| 17 | Pienso en las actividades familiares o personales cuando estoy en mi trabajo |  |  |  |  |  |

Las preguntas siguientes están relacionadas con las decisiones que puede tomar en su trabajo.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Siempre** | **Casi siempre** | **Algunas veces** | **Casi nunca** | **Nunca** |
| 18 | Mi trabajo permite que desarrolle nuevas habilidades |  |  |  |  |  |
| 19 | En mi trabajo puedo aspirar a un mejor puesto |  |  |  |  |  |
| 20 | Durante mi jornada de trabajo puedo tomar pausas cuando las necesito |  |  |  |  |  |
| 21 | Puedo decidir la velocidad a la que realizo mis actividades en mi trabajo |  |  |  |  |  |
| 22 | Puedo cambiar el orden de las actividades que realizo en mi trabajo |  |  |  |  |  |

Las preguntas siguientes están relacionadas con la capacitación e información que recibe sobre su trabajo.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Siempre** | **Casi siempre** | **Algunas veces** | **Casi nunca** | **Nunca** |
| 23 | Me informan con claridad cuáles son mis funciones |  |  |  |  |  |
| 24 | Me explican claramente los resultados que debo obtener en mi trabajo |  |  |  |  |  |
| 25 | Me informan con quién puedo resolver problemas o asuntos de trabajo |  |  |  |  |  |
| 26 | Me permiten asistir a capacitaciones relacionadas con mi trabajo |  |  |  |  |  |
| 27 | Recibo capacitación útil para hacer mi trabajo |  |  |  |  |  |

Las preguntas siguientes se refieren a las relaciones con sus compañeros de trabajo y su jefe.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | **Siempre** | | **Casi siempre** | | **Algunas veces** | | **Casi nunca** | | **Nunca** | |
| 28 | | Mi jefe tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 29 | | Mi jefe ayuda a solucionar los problemas que se presentan en el trabajo | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 30 | | Puedo confiar en mis compañeros de trabajo | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 31 | | Cuando tenemos que realizar trabajo de equipo los compañeros colaboran | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 32 | | Mis compañeros de trabajo me ayudan cuando tengo dificultades | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 33 | | En mi trabajo puedo expresarme libremente sin interrupciones | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 34 | | Recibo críticas constantes a mi persona y/o trabajo | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 35 | | Recibo burlas, calumnias, difamaciones, humillaciones o ridiculizaciones | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 36 | | Se ignora mi presencia o se me excluye de las reuniones de trabajo y en la toma de decisiones | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 37 | | Se manipulan las situaciones de trabajo para hacerme parecer un mal trabajador | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 38 | | Se ignoran mis éxitos laborales y se atribuyen a otros trabajadores | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 39 | | Me bloquean o impiden las oportunidades que tengo para obtener ascenso o mejora en mi trabajo | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 40 | | He presenciado actos de violencia en mi centro de trabajo | |  | |  | |  | |  | |  | |

Las preguntas siguientes están relacionadas con la atención a clientes y usuarios.

|  |  |
| --- | --- |
| Sí |  |
| No |  |

En mi trabajo debo brindar servicio a clientes o usuarios:

Si su respuesta fue “SÍ”, responda las preguntas siguientes. Si su respuesta fue “NO” pase a las preguntas de la sección siguiente.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Siempre** | **Casi siempre** | **Algunas veces** | **Casi nunca** | **Nunca** |
| 41 | Atiendo clientes o usuarios muy enojados |  |  |  |  |  |
| 42 | Mi trabajo me exige atender personas muy necesitadas de ayuda o enfermas |  |  |  |  |  |
| 43 | Para hacer mi trabajo debo demostrar sentimientos distintos a los míos |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Sí |  |
| No |  |

Soy jefe de otros trabajadores:

Si su respuesta fue “SÍ”, responda las preguntas siguientes. Si su respuesta fue “NO”, ha concluido el cuestionario.

Las siguientes preguntas están relacionadas con las actitudes de los trabajadores que supervisa.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Siempre** | **Casi siempre** | **Algunas veces** | **Casi nunca** | **Nunca** |
| 44 | Comunican tarde los asuntos de trabajo |  |  |  |  |  |
| 45 | Dificultan el logro de los resultados del trabajo |  |  |  |  |  |
| 46 | Ignoran las sugerencias para mejorar su trabajo |  |  |  |  |  |