

Preguntas para hacerle a sus empleados en un cuestionario de evaluación del estrés laboral

1. Siente que puede hablar honestamente sobre los problemas que le afectan en el lugar de trabajo?

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

2. Qué tan satisfecho está con el nivel de control y participación que tiene sobre el trabajo que realiza?

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

3. La cantidad de reuniones a las que debo asistir interfiere con mi capacidad para hacer mi trabajo.

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

4. Se siente estresado en el trabajo?

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

5. Se siente más estresado en el trabajo de lo usual?

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

6. Está el estrés del trabajo causándole dificultades personales? Por favor responda.

[campo de texto libre]

7. Cree que podría hacer un mejor trabajo si tuviera más tiempo?

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

8. [Nombre del empleador] provee un buen balance trabajo – vida a sus empleados:

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

9. Tomo parte en decisiones que me afectan en el trabajo:

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

10.Cuál es el aspecto más estresante de su trabajo?

[campo de texto libre]

11. ¿Alguna vez sientes que te molestan o discriminan en el lugar de trabajo?

- Si
- No

12. Frecuentemente tengo más trabajo que hacer del que puedo completar en una jornada laboral regular.

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

13. Siente que tiene estrés laboral generado por la relación de trabajo que tiene con otro empleado?

- Si
- No

14. Ha sido alguna vez objeto o testigo de violencia en su lugar de trabajo?

- Si
- No

15. Las exigencias de mi trabajo afectan mis relaciones personales y mi vida familiar.

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

16. Si mi carga de trabajo es demasiado, puedo confiar en que mis colegas me ayudarán.

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

17. Mi jefe es solidario.

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

18. Hay muchas relaciones tensas dentro del equipo.

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo

19. Siento que la organización consulta e informa a los empleados de manera efectiva sobre los cambios.

- Totalmente de acuerdo
- Parcialmente de acuerdo
- Ni de acuerdo ni desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Muy en desacuerdo