

## Kort om

# 'Spørgeskema til at måle brugen af selektions-, optimerings- og kompensationsstrategier (SOK) på arbejdspladsen'

Arbejdspladser kan bruge dette spørgeskema til at kortlægge, i hvor høj grad

- medarbejderne og kollegagruppen prioriterer arbejdsopgaver, styrker og beskytter deres ressourcer og finder alternative metoder til at løse deres opgaver - også kaldet SOK-strategier
- medarbejderne oplever, at nærmeste leder aktivt støtter op om dette.

Derudover er der enkelte spørgsmål angående øverste ledelse.

Medarbejdere og ledere kan bruge svarene som udgangspunkt for i fællesskab at vurdere, om der er behov for, at de fokuserer mere på at bruge SOK-strategier i arbejdet.

## Sådan gør I

Gennemgå besvarelserne af de enkelte spørgsmål hver for sig, og diskutér, om det er noget, I vil sætte fokus den kommende tid.

Medarbejdere, kollegagruppe og leder behøver ikke alle at bruge den samme strategi. Det vigtige er, at en strategi bliver brugt på det niveau i organisationen, hvor det giver bedst mening for arbejdspladsen.

## Testet på to jobgrupper

Indtil videre har offentligt ansatte sygeplejersker og ansatte på mejerier besvaret spørgeskemaet. Vi kan derfor ikke sige, om alle spørgsmål giver mening for andre jobgrupper. I må derfor selv vurdere, om alle spørgsmål er relevante for jeres arbejdsplads.

## Brug for flere testes

Spørgeskemaet skal testes flere gange over tid på de samme arbejdspladser, før NFA kan vurdere, om ændringer i arbejdspladsers brug af SOK-strategier også ændrer fx medarbejdernes trivsel og jobtilfredshed.

Du kan læse mere om SOK-strategier og udviklingen af spørgeskemaet i denne rapport:

- [SOK-strategier - bedre og længere arbejdsliv. En undersøgelse af brugen af selektions-, optimerings- og kompensationsstrategier på alle organisatoriske niveauer](#). København: Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, 2021.

# Spørgeskema til at måle brugen af selektions-, optimerings- og kompensationsstrategier (SOK) på arbejdspladsen

Spørgeskemaet handler om, i hvor høj grad

- medarbejdere og kollegagrupper prioriterer arbejdsopgaver, styrker og beskytter deres ressourcer og finder alternative metoder til at løse deres opgaver - også kaldet SOK-strategier
- nærmeste leder støtter op om dette.

Der er ingen rigtige eller forkerte svar. Det tager ca. 10 minutter at besvare spørgeskemaet.

## De første spørgsmål handler om den øverste ledelse på din arbejdsplads.

*Den øverste ledelse på min arbejdsplads har fokus på...*

1. at undgå, at medarbejderne bliver fysisk nedslidte.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

2. at undgå, at medarbejderne bliver psykisk overbelastede.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

3. at udvikle og vedligeholde medarbejdernes viden og kompetencer.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

## De næste spørgsmål handler om din nærmeste leder.

### Min nærmeste leder...

4. opfordrer medarbejderne til at bruge de hjælpemidler, der er til rådighed for at sikre arbejdsmiljøet.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Ikke relevant.

5. opfordrer medarbejderne til at bruge gode arbejdsstillinger.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Ikke relevant.

6. hjælper med at prioritere arbejdsopgaver, hvis en medarbejder er presset.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Ikke relevant.

7. gør en indsats for at imødekomme medarbejdernes ønsker om at lære nyt, der er vigtigt for arbejdet.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

Mange oplever i perioder eller varigt at have gener, der kan gøre det svært at udføre nogle arbejdsopgaver. Det kan eksempelvis være i forbindelse med, at man bliver ældre eller nedslidt, eller hvis man bliver ramt af fx skader, smerter, sygdom, stress eller handicap.

**De næste spørgsmål handler om samarbejdet med den nærmeste leder om at håndtere, når en medarbejder har svært ved at udføre nogle arbejdsopgaver.**

8. Hvis en medarbejder har behov for særlige hjælpemidler for at kunne udføre arbejdet, hjælper min nærmeste leder med at skaffe dem.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

9. Hvis en medarbejder i en periode ikke kan udføre nogle arbejdsopgaver, finder min nærmeste leder andre typer arbejdsopgaver til medarbejderen i den periode.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

10. Hvis en medarbejder vedvarende ikke kan udføre nogle arbejdsopgaver, finder min nærmeste leder varigt andre typer arbejdsopgaver til medarbejderen.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

11. Hvis en medarbejder har svært ved at udføre en arbejdsopgave, snakker min nærmeste leder med medarbejderen om, hvordan den kan gøres på en anden måde.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Ikke relevant.

12. Hvis en medarbejder har svært ved at udføre nogle arbejdsopgaver, arrangerer min nærmeste leder, at nogen hjælper medarbejderen med opgaverne.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Ikke relevant.

## De næste spørgsmål handler om det team, du arbejder sammen med i det daglige.

Har du en gruppe af kollegaer, som du arbejder sammen med?

[Vælg én]

- Har én fast gruppe
- Har flere grupper, men én jeg arbejder mest med
- Har flere grupper, men *ikke* én jeg arbejder mest sammen med
- Jeg arbejder alene (Spring til spørgsmål nr. 18).

Hvis du har flere grupper, du arbejder i, så tænk på den gruppe, du arbejder mest med, når du svarer på de næste spørgsmål.

Hvis du ikke har én gruppe du arbejder mest med, så tænk på, hvordan det typisk fungerer i de grupper, du arbejder i, når du svarer på de næste spørgsmål.

13. I min gruppe hjælpes vi normalt ad med tunge/krævende opgaver.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Vi har ikke tunge/krævende arbejdsopgaver.

14. I min gruppe opfordrer vi normalt hinanden til at bruge de hjælpemidler, der er til rådighed for at sikre arbejdsmiljøet.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

15. Hvis vi er pressede, prioriterer vi i fælleskab arbejdsopgaverne.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

16. I min gruppe deler vi ny arbejdsrelateret viden med hinanden.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

17. Hvis en i gruppen oplever at blive belastet for meget af en arbejdsopgave, bytter vi rundt på nogle af arbejdsopgaverne.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

**De næste spørgsmål handler om samarbejdet i gruppen om at håndtere, når en kollega har svært ved at udføre nogle arbejdsopgaver.**

*Hvis en i gruppen har gener, der gør, at pågældende har svært ved at udføre nogle af sine arbejdsopgaver,...*

18. hjælper en kollega til med at udføre opgaverne.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

19. snakker vi om, der er andre måder, pågældende kan udføre opgaverne på.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

20. snakker vi om, der er særlige individuelle hjælpemidler, der kunne hjælpe pågældende.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

21. bytter vi rundt på nogle af arbejdsopgaverne.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.



## De næste spørgsmål handler om dig.

22. Jeg benytter normalt de hjælpemidler, der er til rådighed for at sikre mit arbejdsmiljø.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

23. Jeg sørger normalt for at bruge gode arbejdsstillinger.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

24) Jeg holder de pauser, jeg har brug for.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

25. Jeg gør en indsats for at lære nyt, der er vigtigt for mit arbejde.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

26. Hvis jeg føler mig presset, fravælger jeg mindre vigtige opgaver.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

27. Hvis jeg føler mig presset, gør jeg én opgave færdig inden, jeg går videre med det næste.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

28. Hvis jeg føler mig presset, gør jeg noget for at få færre arbejdsopgaver.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad.

29. Hvis der er en arbejdsopgave, jeg synes, belaster mig for meget, beder jeg om at blive fritaget for den.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Jeg har ikke oplevet at have opgaver, der belaster mig for meget.

Mange oplever i perioder eller varigt at have gener, der kan gøre det svært at udføre nogle arbejdsopgaver. Det kan eksempelvis være i forbindelse med, at man bliver ældre eller nedslidt, eller hvis man bliver ramt af fx skader, smerter, sygdom, stress eller handicap.

**De næste spørgsmål handler om, hvordan du klarer eller klarede arbejdet på trods af disse gener.**

*Hvis jeg har gener, der gør, at jeg har svært ved at udføre nogle af mine arbejdsopgaver,...*

30. beder jeg mine kollegaer om hjælp.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Det ville ikke løse problemet
- Jeg har ikke oplevet at have gener, der påvirker mit arbejde.

31. prøver jeg at finde andre måder at udføre dem på.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Det ville ikke løse problemet
- Jeg har ikke oplevet at have gener, der påvirker mit arbejde.

32. beder jeg om hjælpemidler.

[Vælg én]

- Slet ikke/I meget lav grad
- I lav grad
- I nogen grad
- I høj grad
- I meget høj grad
- Det ville ikke løse problemet
- Jeg har ikke oplevet at have gener, der påvirker mit arbejde.