

Valgfrie tema - MUST

Alle tema er valgfrie. Det vil si at det er mulig å velge hvilke som helst av temaene innenfor de 7 områdene listet under.

1. Organisasjonsendring

Valgfri: **Konsekvenser av endringer for den individuelle arbeidstaker**

Dersom det har vært endringer på jobben de siste 12 månedene, hvordan har du blitt påvirket?

Spm. 1: Endringene har gitt meg nye muligheter

Spm. 2: Sammenlignet med tidligere, så har mine arbeidsoppgaver blitt mindre utfordrende enn hva jeg ønsker

Spm. 3: Jeg er blitt usikker på om min kompetanse holder

Spm. 4: Det har blitt store konflikter på arbeidsplassen

Svarverdier: 1. Helt enig – 2. Delvis enig – 3. Ikke enig

Valgfri: **Endringsevne**

Spm. 1: Toppledelsen vår er i stand til å endre virksomheten på en god måte

Spm. 2: Min virksomhet er i stand til å endre seg i tråd med nye forventninger

Spm. 3: Når det gjelder endringer, er det godt samarbeid og god tillit mellom arbeidstakere og ledere

Spm. 4: Hos oss er det motstand mot endringer

Spm. 5: Vi bruker mer tid og ressurser på omorganisering enn det vi får igjen

Svarverdier:

1. ikke i det hele tatt – 2. i liten grad – 3. til en viss grad – 4. i stor grad – 5. i meget stor grad

Valgfri: **Involvering i endringer**

Spm. 1: Virksomheten har laget prosedyrer for at alle som er berørt av endringer skal bli hørt

Svarverdier: 1. Helt enig – 2. Delvis enig – 3. Vet ikke – 4. Nokså uenig – 5. Helt uenig

Valgfri: **Rykter om endring**

Spm. 1: Går det rykter om endringer på din arbeidsplass?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

2. «Brukernære» virksomheter

Valgfri: Emosjonelt arbeid

Spm. 1: Må du ta imot og behandle klager fra brukere/kunder (eller andre)?

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Spm. 2: Hvor ofte i jobben din må du undertrykke følelser for å fremstå nøytral på «utsiden»?

Spm. 3: Hvor ofte i jobben din må du overfor brukerne vise følelser som ikke er i overensstemmelse med det du selv føler overfor brukerne der og da?

Spm. 4: Hvor ofte i jobben din må du vise en positiv sinnsstemning/være hyggelig eller vise ubehagelige følelser (f.eks. sinne) samtidig som du egentlig er likegyldig til situasjonen?

Spm. 5: Hvor ofte i jobben din må du vise følelser som ikke er i overensstemmelse med dine egne følelser?

Spm. 6: Hvor ofte i jobben din må du forholde deg til sterke følelser som for eksempel sorg, sinne, fortvilelse, oppgitthet eller liknende hos brukerne?

1. Sjeldent eller aldri – 2. En gang i uka – 3. En gang per dag – 4. Flere ganger per dag – 5. Flere ganger i timen

Valgfri: Netthets

Resultater om netthets inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Disse spørsmålene tar for seg uønskede negative hendelser du har opplevd i forbindelse med jobben via internett, sosiale medier, epost og andre digitale kommunikasjonsformer (tekstmeldinger, telefon etc.). Hvilke av disse handlingene har du vært utsatt for i løpet av de siste seks månedene?

Spm. 1: Mottatt meldinger med trusler

Spm. 2: Funnet urettmessige negative omtaler om deg som person, din kompetanse og/eller ditt arbeid

Spm. 3: Funnet oppfordringer om at noen bør skade deg eller din familie

Spm. 4: Fått spredd private opplysninger/påstander om deg eller din familie

Spm. 5: Fått spredd private opplysninger/påstander om deg eller din familie

Spm. 6: Funnet bilder av deg selv, som du selv ikke har godkjent, på diskusjonsforum eller sosiale medier

Spm. 7: At det har blitt spredd ondsinnede rykter eller sladder om deg

Spm. 8: At personlig informasjon om deg har blitt delt uten ditt samtykke

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2. Sjeldent – 3. Av og til – 4. Ofte – 5. Svært ofte

Valgfri: **Vold/trusler**

Resultater om vold/trusler inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm. 1: Har du i løpet av de siste seks månedene blitt utsatt for vold på arbeidsplassen?

Spm. 2: Har du i løpet av de siste seks månedene blitt utsatt for trusler på arbeidsplassen som var så alvorlig at du ble redd?

Svarverdier: 1. Ja – 2. Nei

HVIS JA... Hvem utsatte deg for vold og/eller trusler ? (flere kryss mulig)

Spm. 3: En overordnet på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 4: En kollega på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 5: Kunder, klienter/brukere, elever eller andre som ikke er ansatt på din arbeidsplass [Kryss]

Valgfri: **Uønsket seksuell oppmerksomhet**

Resultater om uønsket seksuell oppmerksomhet inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Seksuell trakassering defineres som uønsket seksuell oppmerksomhet som er krenkende og plagsomt. Vennligst indiker om du har vært utsatt for noen av de følgende formene for seksuell trakassering på din nåværende arbeidsplass siste 12 måneder

Spm. 1: Seksuelt ladede uttrykk, forslag, eller kommentarer om din kropp, utseende eller privatliv

Spm. 2: Påtrengende blikk eller kroppsspråk

Spm. 3: Blitt vist eller fått tilsendt bilder med seksuelt innhold (inkludert digitale former)

Spm. 4: Blotting

Spm. 5: Uønskede berøringer, klemming eller kyss

Svarverdier: 1. Har ikke vært utsatt – 2. En gang – 3. To ganger – 4. Tre eller flere ganger

HVIS JA... Hvem utsatte deg for den uønskede seksuelle oppmerksomheten? (flere kryss mulig)

Spm. 6: En overordnet på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 7: En kollega på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 8: Kunder, klienter/brukere, elever eller andre som ikke er ansatt på din arbeidsplass [Kryss]

3. Ledelse

Valgfri: **Støtte fra nærmeste leder**

Spm. 1: Om du trenger det, kan du få støtte og hjelp i ditt arbeid fra din nærmeste leder?

Spm. 2: Om du trenger det, er din nærmeste leder villig til å lytte til deg når du har problemer i arbeidet?

Spm. 3: Blir dine arbeidsresultater verdsatt av din nærmeste leder?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: **Bemyndigende ledelse**

Spm. 1: Oppmuntrer din nærmeste leder deg til å delta i viktige avgjørelser?

Spm. 2: Oppmuntrer din nærmeste leder deg til å si fra når du har en annen mening?

Spm. 3: Hjelper din nærmeste leder deg med å utvikle dine ferdigheter?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

4. Kontorløsning

Valgfri: **Kontorløsning, fysiske faktorer**

Hvor fornøyd er du med følgende aspekter av kontorløsningen du jobber i? Merk! Med "kontorløsning" menes kontorløsningen du har i arbeidsgivers lokaler

Spm. 1: Nivå av støy, distraksjoner (lydmessig og visuelt)

Spm. 2: Inneklima

Spm. 3: Arkitektur og utforming

Spm. 4: Tilrettelegging av dine behov

Spm. 5: Lysforhold

Svarverdier:

1. Overhodet ikke fornøyd – 2. – 3. – 4. – 5. Svært fornøyd

Valgfri: **Kontorløsning, psykologiske faktorer**

I min kontorløsning ... Merk! Med "kontorløsning" menes kontorløsningen du har i arbeidsgivers lokaler

Spm. 1: Kan jeg ha en samtale uten å forstyrre andre

Spm. 2: Har jeg tilstrekkelig privathet

Spm. 3: Er det uproblematisk å ha konfidensielle samtaler

Spm. 4: Kan jeg jobbe uavbrutt over lengre perioder

Spm. 5: Kan jeg kommunisere effektivt med andre

Spm. 6: Er det lett å ta kontakt med kollegaer som jeg har behov for å jobbe med

Spm. 7: Har jeg mulighet til å ta kontakt med de som gir meg støtte og hjelp

Spm. 8: Kan jeg jobbe effektivt med det lydnivået jeg har rundt meg

Svarverdier:

1. Overhodet ikke fornøyd – 2. – 3. – 4. – 5. Svært fornøyd

5. Selvvurdert arbeidsprestasjon

Valgfri: **Selvvurdert arbeidsprestasjon – oppgaveutførelse**

I løpet av de siste tre månedene ...

Spm. 1: har jeg klart å planlegge arbeidet mitt slik at det ble fullført i tide

Spm. 2: har planleggingen min vært optimal

Spm. 3: har jeg vært oppmerksom på hvilke resultater jeg skulle oppnå i arbeidet mitt

Spm. 4: har jeg klart å skille mellom store og små problemer på jobben

Spm. 5: har jeg klart å gjøre jobben min uten å bruke for mye tid og krefter

Spm. 6: har samarbeidet med andre vært svært produktivt

Svarverdier: 1. Sjelden – 2. Iblant – 3. Jevnlig – 4. Ofte – 5: Alltid

Valgfri: **Selvvurdert arbeidsprestasjon – kontekstuell prestasjon**

I løpet av de siste tre månedene ...

Spm. 1: har jeg påtatt meg ekstra ansvar

Spm. 2: har jeg startet nye oppgaver selv når jeg var ferdig med de opprinnelige

Spm. 3: har jeg påtatt meg utfordrende arbeidsoppgaver når det var en mulighet

Spm. 4: har jeg jobbet med å holde jobbkunnskapen min oppdatert

Spm. 5: har jeg jobbet med å holde jobbferdighetene mine oppdaterte

Spm. 6: har jeg kommet med kreative løsninger på nye problemer

Spm. 7: har jeg fortsatt å lete etter nye utfordringer i jobben min

Spm. 8: har jeg deltatt aktivt i jobbmøter

Svarverdier: 1. Sjelden – 2. Iblant – 3. Jevnlig – 4. Ofte – 5. Alltid

Valgfri: **Selvvurdert arbeidsprestasjon – kontraproduktiv oppførsel på jobb**

I løpet av de siste tre månedene ...

Spm. 1: har jeg klaget over uviktige saker på jobben

Spm. 2: har jeg gjort problemer på jobben større enn de var

Spm. 3: har jeg fokusert på de negative sidene ved en arbeidssituasjon i stedet for de positive sidene

Spm. 4: har jeg snakket med kolleger om de negative sidene ved jobben min

Spm. 5: har jeg snakket med folk utenfor organisasjonen om de negative sidene ved jobben min

Svarverdier: 1. Aldri – 2. Sjelden – 3. Iblant – 4. Jevnlig – 5. Ofte

6. Fremtidens arbeidsmiljø

Valgfri: **Digitale stressfaktorer – overbelastning**

Spm. 1: På grunn av IKT har jeg for mye å gjøre

Spm. 2: På grunn av IKT har jeg for mange ulike ting å gjøre på jobben

Spm. 3: IKT gjør det for enkelt for andre å sende meg tilleggsoppgaver

Spm. 4: Jeg har aldri tid til overs fordi timeplanen min er for tett på grunn av IKT

Spm. 5: Det kommer en konstant strøm av arbeidsrelatert informasjon gjennom IKT som jeg rett og slett ikke klarer å følge med på

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: **Digitale stressfaktorer – teknisk støtte**

Spm. 1: Jeg må bekymre meg for IKT-relaterte problemer fordi organisasjonen vår ikke tilbyr nok støtte til å løse dem

Spm. 2: Når det gjelder IKT-relaterte problemer, skjer det for ofte at det ikke er nok brukerstøtte tilgjengelig på jobb

Spm. 3: Det skjer for ofte at teknisk brukerstøtte ikke er tilgjengelig når jeg trenger det

Spm. 4: Jeg må ofte vente lenge fordi tekniske problemer ikke kan løses på en tilfredsstillende måte i vår organisasjon

Spm. 5: Jeg er redd for at tekniske problemer jeg har på jobben ikke skal kunne løses av noen andre på jobb

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: **Digitale stressfaktorer – nytteverdi**

Spm. 1: Jeg synes ikke funksjonene i IKT jeg bruker er godt nok tilpasset kravene i arbeidet mitt

Spm. 2: Jeg synes ikke IKT-verktøyene jeg har tilgang til på jobb er nyttige nok for arbeidsoppgavene mine

Spm. 3: IKT-verktøyene jeg bruker på jobben har for mange funksjoner som jeg aldri har bruk for

Spm. 4: Det kreves for mange forskjellige systemer for å utføre oppgavene jeg må gjøre i løpet av en vanlig dag på jobb

Spm. 5: Jeg mener at det meste av IKT jeg har tilgang til på jobben ikke er nyttig nok og at jeg kunne jobbet uten det

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: Digitale stressfaktorer – upålitelighet

Spm. 1: Jeg opplever altfor ofte uventet oppførsel av IKT-verktøy jeg bruker på jobben (f.eks. systemkrasj eller lang svartid)

Spm. 2: Jeg taper for mye tid på grunn av tekniske feil

Spm. 3: Jeg bruker for mye tid på å prøve å fikse tekniske feil

Spm. 4: For mye av arbeidstiden min kastes bort på å håndtere upåliteligheten til IKT-verktøy

Spm. 5: De daglige problemene med IKT (f.eks. trege programmer eller uventet oppførsel) plager meg veldig

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: Utvidet jobbtilgjengelighet

Spm. 1: Hvor ofte blir du kontaktet av kolleger, ledere eller kunder/klienter/brukere privat når du ikke er på jobb?

Spm. 2: Hvor ofte synes du det er nødvendig å være tilgjengelig for jobbrelaterte saker på fritiden?

Spm. 3: Hvor ofte synes du personlig det er rimelig å være tilgjengelig for jobbrelaterte saker på fritiden?

Svarverdier: 1. Ofte – 2. Noen ganger – 3. Sjelden – 4. Aldri

Valgfri: Grenser mellom arbeid og privatliv

Veiledning: Følgende spørsmål handler om hvordan du for øyeblikket håndterer skillet mellom jobb og fritid. Setningene nedenfor består av to motsatte utsagn. Angi for hver setning hva som samsvarer med din egen væremåte. Jo nærmere en uttalelse du plasserer markøren, jo mer gjenspeiler denne uttalelsen din egen væremåte. Det finnes ikke riktige eller gale svar.

Spm. 1:

1. Jeg tar aldri med meg jobb hjem – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg tar ofte med meg jobb hjem

Spm. 2:

1. Jeg forlater alltid arbeidsplassen min i tide – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg forlater ofte arbeidsplassen min sent

Spm. 3:

1. Jeg jobber aldri etter ordinær arbeidstid eller i helgene – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg jobber ofte etter ordinær arbeidstid eller i helgene

Spm. 4:

1. Jeg tenker aldri på jobb når jeg har fri – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg tenker ofte på jobb når jeg har fri

Spm. 5:

1. Jeg kommuniserer aldri med folk fra jobben på fritiden – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg kommuniserer ofte med folk fra jobben på fritiden min

Svarverdi: plasser markøren

Valgfri: Grenser mellom privatliv og arbeid

Spm. 1:

1. Jeg gjør aldri oppgaver som ikke er jobbrelevante mens jeg er fysisk på arbeidsplassen min – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg gjør ofte oppgaver som ikke er jobbrelevante mens jeg er fysisk på arbeidsplassen min

Spm. 2:

1. Jeg har aldri mulighet til å komme sent eller dra tidlig for å kunne gjøre ikke-jobbrelevante oppgaver – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg har ofte mulighet til å komme sent eller dra tidlig for å kunne gjøre ikke-jobbrelevante oppgaver.

Spm. 3:

1. Jeg gjør aldri oppgaver som ikke er jobbrelevante i arbeidstiden – 2 – 3 - 4 – 5 – 6 – 7. Jeg gjør ofte oppgaver som ikke er jobbrelevante i arbeidstiden

Spm. 4:

1. Jeg tenker aldri på oppgaver som ikke er jobbrelevante mens jeg er på jobb arbeidstiden – 2 – 3 - 4 – 5 – 6 – 7. Jeg tenker ofte på oppgaver som ikke er jobbrelevante mens jeg er på jobb

Spm. 5:

1. Jeg kommuniserer aldri med familie og venner mens jeg er på jobb – 2 – 3 - 4 – 5 – 6 – 7. Jeg kommuniserer ofte med familie og venner mens jeg er på jobb

Svarverdi: plasser markøren

Valgfri: Avbrytelser på jobb

Spm. 1: Jeg blir ofte avbrutt når jeg jobber med kjerneoppgavene mine (f.eks. på grunn av telefonsamtaler)

Spm. 2: Jeg klarer ikke å fokusere på én aktivitet fordi jeg blir avbrutt hele tiden

Spm. 3: Hvor ofte synes du det er vanskelig eller umulig å gjøre jobben din på grunn av avbrytelser fra andre mennesker?

Svarverdier: 1. Aldri – 2 – 3 – 4 – 5. Alltid

Valgfri: Økte krav på jobb – intensivering av arbeid

Veiledning: I løpet av de siste fem årene, har følgende endringer skjedd i arbeidet ditt? Hvis du har jobbet mindre enn fem år med det du jobber med nå, vurder utsagnene basert på den tiden du har jobbet med det du jobber med nå.

Spm. 1: Det er sjeldnere og sjeldnere tilstrekkelig tid til arbeidsoppgaver

Spm. 2: Det blir stadig vanskeligere å ta seg tid til pauser

Spm. 3: Tiden mellom de mer intense jobbperiodene har blitt kortere

Spm. 4: Man må oftere gjøre to eller tre ting samtidig (for eksempel spise lunsj, skrive e-post og snakke i telefonen)

Spm. 5: Stadig mer arbeid må gjøres av færre ansatte

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2 – 3 – 4 – 5. Fullstendig

Valgfri: Økte krav på jobb – planlegging og beslutning i forbindelse med karriere

Spm. 1: Man må i stadig større grad opprettholde sin attraktivitet på arbeidsmarkedet (f.eks. gjennom videreutdanning, nettverksbygging)

Spm. 2: Egen faglig utvikling innebærer i økende grad å være åpen for andre alternativer

Spm. 3: Man må i økende grad planlegge sin profesjonelle karriere på egen hånd

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2 – 3 – 4 – 5. Fullstendig

Valgfri: Økte krav på jobb – kompetansekrav

Spm. 1: Man må i økende grad gjøre seg kjent med nye arbeidsprosesser

Spm. 2: Man må i økende grad venne seg til nye arbeidsprosesser

Spm. 3: Man må oftere bruke nytt arbeidsutstyr (enheter, programmer, osv.)

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2 – 3 – 4 – 5. Fullstendig

Valgfri: **Utmattelse i forbindelse med videomøter – sosial utmattelse**

Spm. 1: I hvor stor grad unngår du sosiale situasjoner etter videomøter?

Spm. 2: Hvor mye ønsker du å være alene etter videomøter?

Spm. 3: Hvor stort er ditt behov for alenetid etter videomøter?

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2. Litt – 3. Moderat – 4. veldig – 5. Ekstremt

Valgfri: **Utmattelse i forbindelse med videomøter – emosjonell utmattelse**

Spm. 1: Hvor følelsesmessig utmattet er du etter videomøter?

Spm. 2: Hvor irriterende føler du deg etter videomøter?

Spm. 3: Hvor humørsyk føler du deg etter videomøter?

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2. Litt – 3. Moderat – 4. veldig

Valgfri: **Arbeidsrelatert FoMo («Fear of missing out»)**

Veiledning: Vennligst oppgi hvor enig du er i hver uttalelse med tanke på hvordan du vanligvis eller stort sett føler deg når du er borte fra jobb (f.eks. har fri) eller frakoblet jobb (f.eks. ikke tilgjengelig via e-post, SMS eller andre direktemeldinger).

Spm. 1: Jeg er redd for å gå glipp av nettverksmuligheter som kollegene mine får

Spm. 2: Jeg blir engstelig for at jeg skal gå glipp av muligheter til å skape viktige forbindelser på jobb

Spm. 3: Jeg bekymrer meg for å gå glipp av verdifull jobbrelatert informasjon

Spm. 4: Jeg bekymrer meg for å gå glipp av viktig informasjon som er relevant for jobben min

Spm. 5: Jeg bekymrer meg for å ikke få vite hva som skjer på jobben

Svarverdier: 1. Svært uenig – 2. Uenig – 3. Verken enig eller uenig – 4. Enig – 5. Helt enig

Valgfri: **Uhøflighet på nett – arbeidsrelatert**

Resultater om uhøflighet på nett inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm. 1: E-postene, telefonsamtalene eller meldingene dine blir ignorert på jobben

Spm. 2: E-postene dine videresendes til tredjeparter for å skade deg

Spm. 3: Arbeidet ditt kritiseres åpent ved hjelp av IKT

Spm. 4: Noen holder tilbake e-poster eller filer du trenger

Svarverdier: 1. Aldri – 2. En gang – 3. Månedlig – 4. Ukentlig – 5. Daglig

Valgfri: **Uhøflighet på nett - personrelatert**

Resultater om uhøflighet på nett inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm: 1: Rykter eller sladder spres om deg ved hjelp av IKT

Spm. 2: Du blir fornærmet, truet eller skremt ved hjelp av IKT

Spm. 3: Du mottar stadig kommentarer om deg og ditt privatliv gjennom IKT

Svarverdier: 1. Aldri – 2. En gang – 3. Månedlig – 4. Ukentlig – 5. Daglig

Valgfri: **Uhøflighet på nett – krenking av privatliv**

Resultater om uhøflighet på nett inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm. 1: Din personlige informasjon er hacket og brukt til å skade deg

Spm. 2: Noen stjeler identiteten din

Spm. 3: Personopplysninger om deg deles på nettet eller distribueres via meldinger til andre

Svarverdier: 1. Aldri – 2. En gang – 3. Månedlig – 4. Ukentlig – 5. Daglig

7. Opplæring og kompetanseutvikling

Valgfri: **Uformell læring/læringskultur i virksomheten**

Spm. 1: Feil blir åpent diskutert slik at man lærer av dem

Spm. 2: Forskjellene mellom de faktiske og forventede resultatene blir analysert på en kritisk og konstruktiv måte

Spm. 3: Lærdommer og erfaringer blir gjort tilgjengelige for alle involverte

Spm. 4: Det iverksettes tiltak for å bli stadig bedre

Spm. 5: Ulike synspunkter uttrykkes på en åpen og ærlig måte

Spm. 6: Folk oppfordres til å spørre «hvorfor», uavhengig av hvilken rang de har

Spm. 7: Man lytter til andres synspunkter

Spm. 8: Vi lærer av hverandre

Spm. 9: Medarbeiderne deler kunnskapene sine med hverandre

Spm. 10: I gruppediskusjoner blir alles synspunkter tatt i betraktning

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: **Selvregulert læring og utvikling**

Spm. 1: Følger du med på utviklingen innenfor ditt eget område?

Spm. 2: Ber du kolleger om råd?

Spm. 3: Observerer eller etterligner du strategiene til kolleger for å utføre en arbeidsoppgave eller løse et problem?

Spm. 4: Finner du bedre måter å utføre oppgaver på ved hjelp av prøving og feiling?

Spm. 5: Reflekterer du over tidligere handlinger?

Spm. 6: Synes du det er viktig å lære nye ting i jobben din?

Spm. 7: Prøver du å bruke ideer fra din tidligere erfaring i dine arbeidsoppgaver når det er relevant?

Spm. 8: Tenker du på alternative måter å utføre arbeidsoppgavene dine på?

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Hvordan virksomheten legger til rette for læring og utvikling

Spm. 1: Gir virksomheten din deg interessante læringsmuligheter?

Spm. 2: Gir virksomheten din deg nok ressurser til å utvikle kompetansen din?

Spm. 3: Gir jobben din deg anledning til personlig vekst og utvikling?

Spm. 4: Gir virksomheten din deg muligheten til å følge opplæring og/eller kurs?

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Hvordan virksomheten legger til rette for læring og utvikling - læring gjennom refleksjon

Spm. 1: I jobben min får jeg muligheten til å tenke over ulike arbeidsmetoder

Spm. 2: I jobben min får jeg muligheten til å tenke over hvordan jeg kan utføre oppgavene mine på en mer effektiv måte

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Hvordan virksomheten legger til rette for læring og utvikling - læring gjennom eksperimentering

Spm. 1: Når jeg opplever vanskeligheter med arbeidsoppgavene mine, får jeg muligheten til å vurdere hvilken tilnærming som egner seg best

Spm. 2: I jobben min kan jeg prøve ut forskjellige metoder selv om de ikke nødvendigvis fører til nyttige resultater

Spm. 3: I jobben min blir jeg gitt nok tid til å finne ut hvordan jeg kan utføre oppgaver mer effektivt

Spm. 4: I jobben min får jeg nok tid og muligheter til å lete etter nye løsninger på oppgaverelaterte problemstillinger

Svar verdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid