

SAMVETE OCH ETIK PÅ JOBBET

Ta tempen på din samvetsstress

Här finns några frågor som handlar om samvetsstress. Svara på frågorna och summera. Berätta för varandra om det känns bra och använd det som ett underlag för dialog på arbetsplatsen. Det finns också ett stöd för **den som leder aktiviteten** och **för enskild reflektion**.



Öppna gärna detta pdf-dokument i Acrobat Reader (gratisprogram). Då kan du fylla i den digitalt och spara det du skrivit.

	Aldrig	Sällan	Ibland	Ofta	Alltid
Händer det att du inte hinner ge dem ni finns till för den hjälp och det stöd de behöver?	0	1	2	3	4
Händer det att du är "tvungen" att arbeta på ett sätt som känns fel, som kanske går emot din yrkesetik?	0	1	2	3	4
Händer det att ditt arbete är så krävande att du inte orkar ägna dig åt dina närmaste så som du skulle vilja?	0	1	2	3	4
Händer det att du känner dig otillräcklig i ditt arbete?	0	1	2	3	4
Händer det att du måste prioritera att lägga tid på sådant som känns "onödigt" i stället för det som känns viktigt?	0	1	2	3	4

SUMMA:

Testet är utformat för att vara ett underlag för egen reflektion och för dialog i grupp. Det mäter inte samvetsstress vetenskapligt och gränserna är inte exakta.

0-5

Har du 0-5 poäng kan det vara ett tecken på att du aldrig eller sällan hamnar i situationer där du får dåligt samvete och det kan indikera att kvalitet och säkerhet i arbetet är god. Du verkar inte uppleva samvetsstress på jobbet!

6-14

Har du 6-14 poäng kan du fundera. Är samvetet något som tynger dig på jobbet, eller är det en hjälp för dig? Är du tillräckligt nöjd med den kvalitet och säkerhet som är möjlig? Eller behöver du lyfta frågan vidare på något sätt? Du verkar uppleva en del samvetsstress och det kan vara en risk som behöver åtgärdas. Låt samvetet vara en drivkraft.

15-

Om du har 15 poäng eller mer har du mycket samvetsstress på jobbet. Det kan vara ett tecken på att exempelvis kvalitet och säkerhet i arbetet behöver vara högre än vad förutsättningarna gör möjligt. Det är en viktig signal och en risk för din hälsa. Prata med din chef eller skyddsombud, och ta gärna upp det i arbetsgruppen. Det kan bidra till att utveckla arbetsmiljö och verksamhet.