

IZVORI STRESA U POSLU

Sadržaj rada

Rad na monotonim, jednoličnim radnim zadacima
Rad na neugodnim i/ili neprikladnim radnim zadacima
Rad na zanimljivim, inspirativnim projektima i zadacima

Radno opterećenje i ritam

Količina radnih zadataka
Zahtjevnost radnih zadataka
Vremenski pritisak
Krizne intervencije-poslovi koji se pojavljuju iznenada
Rad u situacijama u kojima nedostaju resursi za rad

Raspored rada

Fleksibilnost radnog vremena
Nepredvidivost radnog vremena
Duljina radnog vremena
Rad u neuobičajeno vrijeme

Fizički uvjeti rada

Rad u bučnoj okolini
Urednost u radnom prostoru
Primjerenost prostora za rad
Higijena u radnom prostoru
Ugodnost radnog prostora

Razvoj karijere i status

Postojanje mjerljivih rezultata rada
Sigurnost posla
Prilike za napredovanje
Usklađenost brzine napredovanja sa spremnošću za napredovanje
Društveno priznanje vrijednosti rada
Uveden sustav evaluacije
Posao usklađen sa stručnim kvalifikacijama

Kontrola i participacija

Sudjelovanje u donošenju odluka
Stupanj kontrole (radni ritam, procesi, sati, okoliš)

Međuljudski odnosi

Primjerenost načina rukovođenja
Kvaliteta povratne informacije- evaluacije obavljenog posla
Kvaliteta međuljudskih odnosa
Mogućnost za kontakt s drugim ljudima tijekom posla
Postojanje procedura za rješavanje problema i pritužbi

Organizacijska kultura

Učestalost komunikacije
Kvaliteta interne komunikacije
Usklađenost organizacijske strukture s ciljevima organizacije
Postavljanje ciljeva
Kultura prekovremenog, kompetitivnog, na zadatke orijentiranog posla
Postojanje predrasuda u organizaciji
Timska suradnja

Uloga u organizaciji

Jasnoća radne uloge
Stupanj odgovornosti za ljude i njihove probleme
Postojanje metodologije za uvođenje u posao

Konflikt posao-privatni život

Ravnoteža različitih prioriteta