



Skyddsombudens enkät om psykosocial arbetsmiljö på MTRP

Ringa in ditt svar på svarslinjen

- Påverkas du negativt i ditt privatliv till följd av ditt arbete?

Ja mycket ----- något ----- lite ----- inte alls.

Om ja, Vad? _____

- Har du och din familj tid och ork att engagera er i verksamheter för dina anhöriga och barn i kulturella, sociala, ideologiska, idrottsföreningar på din/er fritid?

Ja hinner med mycket ----- i viss mån ----- hinner inte alls, men vill.

- Har du tid och ork att personligen engagera dig själv i kulturella, sociala, politiska, ideologiska, idrottsliga föreningar på din fritid?

Jag hinner med ----- deltar då och då ----- hinner inte alls, men vill.

- Har du ork och hinner du med att fysisk träna för att må bättre.

Jag hinner----- då och då ----- hinner inte alls.

- Saknar du kontakt med dina kollegor när du har paus/rast på andra platser än Sci och Söd?

Vill ha sällskap ----- bra som det är ----- gillar ensamhet

- Behöver du planera din kommande arbetsdag med hur och vart du ska ha din rast, med tanke på att bära med dig matlådan / köpa mat till lunch.

Stort planerande ----- vissa dagar ----- bryr mig inte hoppar över lunch

- Känner du att du har den/de resurser som krävs för att hinna med som ditt arbete kräver? Exempelvis klargöringar av tåg, avvikelserapportskrivning, samtal med gruppchef, kontakt med UX mm?

Ja, jag hinner ----- oftast ----- nej, inte alls

- Upplever du att du med lätthet kan få kontakt med de ansvariga personer inom respektive område i MTRs organisation när du har frågor eller behöver hjälp?

Ja, med lätthet ----- ibland ----- nej, inte alls

- Känner du dig slutkörd och trött när du kommer hem efter ditt arbetspass?

Ja mycket ----- ibland----- nej, inte alls

- Upplever du att de vändtider vi har nu är tillräckliga? Hinner du med toabesök där så finns möjlighet?

**Enkäten lämnas i Seko lok, ST–Spårtrafik eller Seko Pendelklubbens
brevlådor senast måndagen den 4:e december 2017**



Ja, jag hinner ----- ibland ----- måste stressa.

- Känner du att de gångtider på Sci är tillräckliga? Hinner du upp från plf till paus/rastlokal, och hinner du ner till avbytet på den tid som finns till förfogande fram till att **avbytestiden** (4 min innan avgångstid) ska börja?

Jag tar tid av min rast ----- inte i rusning ----- tiden är tillräcklig

- Upplever du en arbetsrelaterad stress som skapar en förändring i ditt samspel med dina arbetskolligor, vänner och anhöriga?

Nej ----- till viss del ----- ja

- Rast/måltidsuppehåll är 30 minuter. Hinner du då under den tiden med att köpa mat, tillreda den och äta, besöka toalett samt koppla av lite med dina arbetskolligor?
OBS! Rast är ”30 min fredad tid” och gångtid ska INTE läggas till denna.

Hinner inte ----- hinner precis ----- har gott om tid

Om du inte hinner, känner du stress över detta och upplever du i så fall något besvär (exempelvis ont i magen, huvudvärk mm)? Kommentarer nedan:

-
- Känner du att det är roligt och uppmuntrande att komma till jobbet?

Känner mig uppmuntrad ----- ibland tråkig stämning ----- Nej, snarare tvärtom.

- Känner du att arbetsglädjen finns hos dig och dina arbetskolligor för att utföra vårt jobb bra?

Ja ----- ibland ----- nej

- Sover du bra och känner du dig utvilad?

Ja ----- oftast ----- sällan ----- aldrig

- Blir du stressad av att du inte får den önskade ledigheten (korttid eller långtid) bekräftad när du så behöver?

Ja ----- ibland ----- nej

- Hur upplever du MTRs förmåga till ledarskap i samtliga nivåer och led?

Bra ----- varken eller ----- dåligt

Enkäten lämnas i Seko lok, ST–Spårtrafik eller Seko Pendelklubbens brevlådor senast måndagen den 4:e december 2017