

Spørgeskema om arbejdspladsens tilgang til smerter og fysiske belastninger (MHCQ)

Dette skema handler om jeres tilgang til forebyggelse og håndtering af muskel- og ledsmerter på arbejdspladsen. Du skal svare ud fra den generelle holdning blandt dig og dine kollegaer.

Sæt kun 1 kryds i hver linje.

DIN NÆRMESTE LEDERS PRAKSIS

	Meget uenig	Uenig	Hverken eller	Enig	Meget enig
Min nærmeste leder sørger for, at vi instrueres grundigt i opgaverne, så vi undgår unødige belastninger af kroppen.	0	1	2	3	4
For min nærmeste leder er det vigtigt, at vi oplæres ordentligt, så arbejdet ikke bliver for fysisk hårdt.	0	1	2	3	4
Min nærmeste leder sørger for, at vi har udstyr og hjælpemidler, der nedsætter de fysiske belastninger.	0	1	2	3	4
Min nærmeste leder gør meget for at forebygge, at vi får smerter af arbejdet.	0	1	2	3	4

ARBEJDSPLADSENS PRAKSIS

På vores arbejdsplads hjælper vi hinanden med at arbejde hensigtsmæssigt, så vi undgår unødige fysiske belastninger.	0	1	2	3	4
På vores arbejdsplads giver kollegaer råd om at mindske fysiske belastninger, hvis der er brug for det.	0	1	2	3	4
På vores arbejdsplads taler vi med hinanden, om de smerter vi har.	0	1	2	3	4
Vi handler aktivt for at forbedre situationen, hvis nogen bliver overbelastet på vores arbejdsplads.	0	1	2	3	4

INVOLVERING AF MEDARBEJDERE

På vores arbejdsplads bliver medarbejderne involveret i beslutninger, der påvirker de fysiske belastninger i deres arbejde.	0	1	2	3	4
Når de ansatte kommer med forslag til at mindske fysiske belastninger, bliver de seriøst overvejet af ledelsen.	0	1	2	3	4
På vores arbejdsplads opfordres alle medarbejdere til at komme med forslag til, hvordan smerter kan forebygges.	0	1	2	3	4
På vores arbejdsplads er der plads til det, hvis man i en periode ikke kan arbejde på fuld kraft.	0	1	2	3	4

MEDARBEJDERNES HÅNDTERING AF SMERTER

På vores arbejdsplads ser vi smerter som en naturlig del af jobbet.	4	3	2	1	0
Vi fortsætter med at arbejde, lige meget om vi har ondt eller ej.	4	3	2	1	0
Vi klarer arbejdsopgaverne som normalt, på trods af smerter.	4	3	2	1	0
Hvis vi har smerter, så tager vi smertestillende piller og arbejder videre.	4	3	2	1	0

Vejledning til beregning og tolkning af resultater for spørgeskemaet

Dette spørgeskema måler arbejdspladsens fælles normer og praksis for håndtering af smerter og fysiske belastninger i arbejdet. Det kan give et billede af arbejdspladsens kultur for forebyggelse og håndtering af smerter i bevægeapparatet. Resultaterne giver et udgangspunkt for dialog og kan bruges til at finde områder, hvor indsatsen kan styrkes og hvor forebyggende indsatser vil have størst effekt.

Trin 1: Beregn totalscore

Hvert spørgsmål giver 0–4 point, og for hver af de fire skalaer lægges pointene fra de fire spørgsmål sammen, så man får en samlet score mellem 0 og 16. For at finde gennemsnittet for en hel afdeling eller arbejdsplads lægges alle deltagers scorer sammen, hvorefter man dividerer med antallet af deltagere.

Trin 2: Sammenlign med referenceværdier

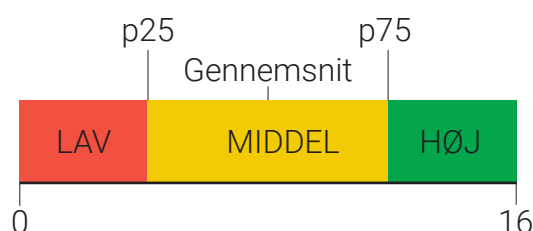
Når gennemsnittet er beregnet, kan det sammenlignes med tallene i tabellen nedenfor, der viser fordelingen af scorer fra en undersøgelse af ca. 1.400 malere, slagterimedarbejdere og plejepersonaler.

Sammenligningsscorer på skalaerne for ca. 1.400 medarbejdere i fysisk krævende erhverv

Faktor	Gennemsnit	p25	p75
Nærmeste leders praksis	8,1	6	11
Arbejdspladsens praksis	9,8	8	12
Involvering af medarbejdere	8,1	6	11
Medarbejdernes håndtering af smerter	5,5	4	7

Note: Alle skalaer går fra 0-16. p25 = værdi som ca. 25% ligger under, p75 = værdi som ca. 75% ligger under.

Tabellen viser et gennemsnit for hver skala samt to grænseværdier. P25-værdien angiver den score, som 25% af deltagerne lå under, mens p75-værdien angiver den score, som 75% af deltagerne lå under. Det betyder, at hvis jeres gennemsnit er under p25, tyder det på et lavt niveau, hvor der sandsynligvis er brug for forbedring. Ligger gennemsnittet mellem p25 og p75, svarer det til et middel niveau. En score over p75 viser, at I er bedre end 75% af dem, der har svaret på skemaet, og dermed har et godt niveau på det område.



Generelt gælder, at en højere score på alle skalaer udtrykker et mere positivt og bedre klima for forebyggelse og håndtering af muskel- og skeletbesvær på arbejdspladsen.

Trin 3: Tag handling

For hver skala angives den samlede score, samt om den ligger i den lave, middel eller høje kategori. Områder med lave scorer bør prioriteres i det videre arbejde med forbedringer og interventioner på arbejdspladsen, mens høje scorer viser, at kulturen for forebyggelse og håndtering af smerter i bevægeapparatet allerede er god og ikke kræver umiddelbar handling.