



# CoPsoQ ÍSTAS 21

versión 1.5

CUESTIONARIO PARA LA EVALUACIÓN DE RIESGOS  
PSICOSOCIALES EN EL TRABAJO

Versión media para empresas de 25 y más trabajadores/as

Adaptación para el estado español del Cuestionario Psicosocial  
de Copenhagen, CoPsoQ (Versión 1.5, 2010)

Empresa: **CRACO**

Fecha de respuesta: **noviembre 2003**

## INSTRUCCIONES

La respuesta al cuestionario que tienes en tus manos servirá para realizar la Evaluación de Riesgos Psicosociales. Su objetivo es identificar y medir todas aquellas condiciones de trabajo relacionadas con la organización del trabajo que pueden representar un riesgo para la salud. Los resultados colectivos del cuestionario nos servirán para mejorarlas.

Se trata de un cuestionario **CONFIDENCIAL y ANÓNIMO**. Toda la información será analizada por personal técnico sujeto al mantenimiento del secreto profesional y utilizada exclusivamente para los fines descritos. En el informe de resultados no podrán ser identificadas las respuestas de ninguna persona de forma individualizada.

Su contestación es **INDIVIDUAL**. Por ello, te pedimos que respondas sinceramente a cada una de las preguntas sin previa consulta ni debate con nadie y que sigas las instrucciones de cada pregunta para contestar.

La mayoría de preguntas tienen **varias opciones de respuesta y debes señalar con una "X" la respuesta que consideres que describe mejor tu situación** (por ejemplo, escogiendo una sola opción entre las posibles respuestas: "*siempre / muchas veces / algunas veces / sólo alguna vez / nunca*"). En otras preguntas no se trata de marcar una opción, sino de responder con un número. En la última página tienes un espacio para aportar cualquier comentario que quieras realizar respecto a este cuestionario y tus condiciones de trabajo. **Si tienes más de un empleo**, te pedimos que refieras todas tus respuestas solamente al que haces en **CRACO**.

Forma de recogida del cuestionario: **Una vez contestado, introduce el cuestionario en la urna ubicada en tu sección dentro de un sobre cerrado. El día de recogida será el sábado, 29 de noviembre de 2003.**

Para llevar a cabo el proceso de evaluación de los riesgos psicosociales, se ha creado un **Grupo de Trabajo** formado por representantes de la dirección de la empresa, Federico Gómez, representantes de los trabajadores/as, Antonio Lozares, Kiko Huertas, Lola Manzano, y personal técnico del Servicio de Prevención, Servicio de Prevención de la empresa (Ana González, Juan Palomo). Si necesitas realizar alguna consulta te puedes dirigir a cualquiera de sus miembros.

**Esta introducción al cuestionario supone una garantía legal de que todo el personal que va a trabajar para esta evaluación de riesgos, asumen y cumplen rigurosamente con todos y cada uno de los preceptos legales y éticos de protección de la intimidad y de los datos e informaciones personales. Una vez analizados, todos los cuestionarios serán destruidos.**

**MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN**

## I. En primer lugar, nos interesan algunos datos sobre ti y el trabajo doméstico-familiar

### 1. Eres:

- [1] Mujer  
 [2] Hombre

### 2. ¿Qué edad tienes?:

- [1] Menos de 26 años  
 [2] Entre 26 y 35 años  
 [3] Entre 36 y 45 años  
 [4] Entre 46 y 55 años  
 [5] Más de 55 años

### 3. ¿Qué parte del trabajo familiar y doméstico haces tú?:

- [4] Soy la/el principal responsable y hago la mayor parte de tareas familiares y domésticas  
 [3] Hago aproximadamente la mitad de las tareas familiares y domésticas  
 [2] Hago más o menos una cuarta parte de las tareas familiares y domésticas  
 [1] Sólo hago tareas muy puntuales  
 [0] No hago ninguna o casi ninguna de estas tareas

### 4. Contesta a las siguientes preguntas sobre los problemas para compaginar las tareas doméstico-familiares y el empleo. Elige **UNA SOLA RESPUESTA** para cada una de las preguntas.

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) Si faltas algún día de casa, ¿las tareas domésticas que realizas se quedan sin hacer?	<input type="checkbox"/> [4]	<input type="checkbox"/> [3]	<input type="checkbox"/> [2]	<input type="checkbox"/> [1]	<input type="checkbox"/> [0]
b) Cuando estás en la empresa ¿piensas en las tareas domésticas y familiares?	<input type="checkbox"/> [4]	<input type="checkbox"/> [3]	<input type="checkbox"/> [2]	<input type="checkbox"/> [1]	<input type="checkbox"/> [0]
c) ¿Hay momentos en los que necesitarías estar en la empresa y en casa a la vez?	<input type="checkbox"/> [4]	<input type="checkbox"/> [3]	<input type="checkbox"/> [2]	<input type="checkbox"/> [1]	<input type="checkbox"/> [0]

## II. Las siguientes preguntas tratan de tu salud y bienestar personal.

### 5. En general, dirías que tu salud es:

- [4] Excelente  
 [3] Muy buena  
 [2] Buena  
 [1] Regular  
 [0] Mala

**6. Por favor, di si te parece CIERTA O FALSA cada una de las siguientes frases. Responde a todas las preguntas y elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

	Totalmente cierta	Bastante cierta	No lo sé	Bastante falsa	Totalmente falsa
a) Me pongo enfermo/a más fácilmente que otras personas	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4
b) Estoy tan sana/o como cualquiera	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) Creo que mi salud va a empeorar	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4
d) Mi salud es excelente	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**7. Las preguntas que siguen se refieren a cómo te has sentido DURANTE LAS ÚLTIMAS CUATRO SEMANAS. Por favor, responde a todas las preguntas y elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas**

Durante las últimas cuatro semanas,	Siempre	Casi siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) ¿Has estado muy nervioso/a?	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4	[ ]5
b) ¿Te has sentido tan bajo/a de moral que nada podía animarte?	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4	[ ]5
c) ¿Te has sentido calmada/o y tranquila/o?	[ ]5	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) ¿Te has sentido desanimado/a y triste?	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4	[ ]5
e) ¿Te has sentido feliz?	[ ]5	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
f) ¿Te has sentido llena/o de vitalidad?	[ ]5	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
g) ¿Has tenido mucha energía?	[ ]5	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
h) ¿Te has sentido agotado/a?	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4	[ ]5
i) ¿Te has sentido cansada/o?	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4	[ ]5

**8. ¿DURANTE LAS ÚLTIMAS CUATRO SEMANAS con qué frecuencia has tenido los siguientes problemas? Por favor, responde a todas las preguntas y elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

Durante las últimas cuatro semanas	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) No he tenido ánimos para estar con gente	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) No he podido dormir bien	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) He estado irritable	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) Me he sentido agobiado/a	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
e) ¿Has sentido opresión o dolor en el pecho?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
f) ¿Te ha faltado el aire?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
g) ¿Has sentido tensión en los músculos?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
h) ¿Has tenido dolor de cabeza?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
i) ¿Has tenido problemas para concentrarte?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
j) ¿Te ha costado tomar decisiones?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
k) ¿Has tenido dificultades para acordarte de las cosas?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
l) ¿Has tenido dificultades para pensar de forma clara?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**III. Las siguientes preguntas tratan de tu empleo actual y tus condiciones de trabajo.**

4

**9. Indica en qué departamento o sección trabajas en la actualidad. Señala únicamente una opción.**

- 1 A
- 2 B
- 3 C
- 4 D

**10. Señala el o los puestos de trabajo que has ocupado en los últimos 2 meses. Si has ocupado dos o más puestos señálos.**

- 1 Responsable de establecimiento, gerente, jefe/a
- 2 Puesto 1
- 3 Puesto 2
- 4 Puesto 3
- 5 Puesto 4
- 6 Puesto 5
- 7 Puesto 6
- 8 Puesto 7
- 9 Administrativo/a, telefonista, secretario/a, contabilidad
- 10 Comercial, técnico/a (informático, prevencionistas...)

**11. ¿Realizas tareas de distintos puestos de trabajo?**

- 1 No
- 2 Generalmente de nivel superior
- 3 Generalmente de nivel inferior
- 4 Generalmente del mismo nivel
- 5 Tanto de nivel superior, como de nivel inferior, como del mismo nivel
- 6 No lo sé

**12. En el último año, ¿la dirección o tus superiores te han consultado sobre cómo mejorar la forma de producir o realizar el servicio?**

- 0 Siempre
- 1 Muchas veces
- 2 Algunas veces
- 3 Sólo alguna vez
- 4 Nunca

**13. En tu día a día, ¿tus superiores te permiten decidir cómo realizas tu trabajo (métodos, orden de las tareas...etc)?**

- [0] Siempre
- [1] Muchas veces
- [2] Algunas veces
- [3] Sólo alguna vez
- [4] Nunca

**14. ¿El trabajo que realizas se corresponde con la categoría o grupo profesional que tienes reconocido salarialmente?**

- [1] Sí
- [2] No, el trabajo que hago es de una categoría o grupo superior al que tengo asignado salarialmente ( POR EJEMPLO, trabajo de comercial pero me pagan como administrativa)
- [3] No, el trabajo que hago es de una categoría o grupo inferior al que tengo asignado salarialmente (POR EJEMPLO, trabajo de administrativa pero me pagan como comercial)
- [4] No lo sé

**15. Desde que entraste en CRACO, ¿has ascendido de categoría o grupo profesional?**

- [1] Sí
- [2] No

**16. ¿Cuánto tiempo llevas trabajando en CRACO?**

- [1] Menos de 30 días
- [2] Entre 1 mes y hasta 6 meses
- [3] Más de 6 meses y hasta 2 años
- [4] Más de 2 años y hasta 5 años
- [5] Más de 5 años y hasta 10 años
- [6] Más de 10 años

### 17. ¿Qué tipo de relación laboral tienes con CRACO?

- [1] Soy fijo (tengo un contrato indefinido,...)
- [2] Soy fijo discontinuo
- [3] Soy temporal con contrato formativo (contrato temporal para la formación, en prácticas)
- [4] Soy temporal (contrato por obra y servicio, circunstancias de la producción, etc. )
- [5] Soy funcionario
- [6] Soy interino
- [7] Soy un/a trade (aún siendo autónomo, en realidad trabajo para alguien del que dependo, trabajo para uno o dos clientes)
- [8] Soy becario/a
- [9] Trabajo sin contrato

### 18. Tu contrato es:

- [1] A tiempo completo con reducción de jornada (maternidad, paternidad, estudios, discapacidad.)
- [2] A tiempo completo
- [3] A tiempo parcial con reducción de jornada (maternidad, paternidad, estudios, discapacidad.)
- [4] A tiempo parcial

### 19. ¿Cuál es tu horario de trabajo?

- [1] Jornada partida (mañana y tarde)
- [2] Turno fijo de mañana
- [3] Turno fijo de tarde
- [4] Turno fijo de noche
- [5] Turnos rotatorios excepto el de noche
- [6] Turnos rotatorios con el de noche

### 20. ¿Qué días de la semana trabajas?

- [1] De lunes a viernes
- [2] De lunes a sábado
- [3] Sólo fines de semana o festivos
- [4] De lunes a viernes y, excepcionalmente, sábados, domingos y festivos
- [5] Tanto entre semana como fines de semana y festivos

**21. ¿Qué margen de adaptación tienes en la hora de entrada y salida?**

- [1] No tengo ningún margen de adaptación en relación a la hora de entrada y salida
- [2] Puedo elegir entre varios horarios fijos ya establecidos
- [3] Tengo hasta 30 minutos de margen
- [4] Tengo más de media hora y hasta una hora de margen
- [5] Tengo más de una hora de margen

**22. ¿Con qué frecuencia te cambian la hora que tienes establecida de entrada y salida?**

- [0] Siempre
- [1] Muchas veces
- [2] Algunas veces
- [3] Sólo alguna vez
- [4] Nunca

**23. ¿Con qué frecuencia te cambian los días de la semana que tienes establecido trabajar?**

- [0] Siempre
- [1] Muchas veces
- [2] Algunas veces
- [3] Sólo alguna vez
- [4] Nunca

**24. Indica cuántas horas trabajaste la semana pasada para CRACO**

- [1] 30 horas o menos
- [2] De 31 a 35 horas
- [3] De 36 a 40 horas
- [4] De 41 a 45 horas
- [5] Más de 45 horas

## 25. Aproximadamente, ¿cuánto cobras neto al mes?

- [1] 300 euros o menos
- [2] Entre 301 y 450 euros
- [3] Entre 451 y 600 euros
- [4] Entre 601 y 750 euros
- [5] Entre 751 y 900 euros
- [6] Entre 901 y 1.200 euros
- [7] Entre 1.201 y 1.500 euros
- [8] Entre 1.501 y 1.800 euros
- [9] Entre 1.801 y 2.100 euros
- [10] Entre 2.101 y 2.400 euros
- [11] Entre 2.401 y 2.700 euros
- [12] Entre 2.701 y 3.000 euros
- [13] Más de 3.000 euros

## 26. Tu salario es

- [1] Fijo
- [2] Una parte fija y otra variable
- [3] Todo variable (a destajo, a comisión)

## 27. ¿Tu trabajo está bien pagado?

- [1] Sí
- [2] No

## IV. Las preguntas a continuación tratan de los contenidos y exigencias de tu trabajo actual.

28. Estas preguntas tratan sobre la cantidad de trabajo que tienes con relación al tiempo del que dispones. Por favor, elige **UNA SOLA RESPUESTA** para cada una de ellas.

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) ¿Tienes que trabajar muy rápido?	<input type="checkbox"/> [4]	<input type="checkbox"/> [3]	<input type="checkbox"/> [2]	<input type="checkbox"/> [1]	<input type="checkbox"/> [0]
b) ¿La distribución de tareas es irregular y provoca que se te acumule el trabajo?	<input type="checkbox"/> [4]	<input type="checkbox"/> [3]	<input type="checkbox"/> [2]	<input type="checkbox"/> [1]	<input type="checkbox"/> [0]
c) ¿Tienes tiempo de llevar al día tu trabajo?	<input type="checkbox"/> [0]	<input type="checkbox"/> [1]	<input type="checkbox"/> [2]	<input type="checkbox"/> [3]	<input type="checkbox"/> [4]
d) ¿Tienes tiempo suficiente para hacer tu trabajo?	<input type="checkbox"/> [0]	<input type="checkbox"/> [1]	<input type="checkbox"/> [2]	<input type="checkbox"/> [3]	<input type="checkbox"/> [4]

**29. Estas preguntas tratan sobre las exigencias cualitativas de tu trabajo actual. Por favor, elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) ¿Tu trabajo requiere memorizar muchas cosas?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) ¿Tu trabajo requiere que tomes decisiones de forma rápida?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) ¿Tu trabajo requiere que tomes decisiones difíciles?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) ¿Tu trabajo requiere que te calles tu opinión?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
e) ¿Tu trabajo requiere que escondas tus emociones?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
f) ¿Te cuesta olvidar los problemas del trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
g) ¿Tu trabajo, en general, es desgastador emocionalmente?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
h) ¿Se producen en tu trabajo momentos o situaciones desgastadoras emocionalmente?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**30. Estas preguntas tratan sobre el margen de autonomía que tienes en el trabajo actual. Por favor, elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) ¿Tienes mucha influencia sobre las decisiones que afectan a tu trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) ¿Tienes influencia sobre la cantidad de trabajo que se te asigna?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) ¿Puedes decidir cuándo haces un descanso?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) ¿Puedes coger las vacaciones más o menos cuando tu quieres?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
e) ¿Puedes dejar tu trabajo para charlar con un compañero o compañera?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
f) Si tienes algún asunto personal o familiar ¿puedes dejar tu puesto de trabajo al menos una hora sin tener que pedir un permiso especial?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
g) ¿Se tiene en cuenta tu opinión cuando se te asignan tareas?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
h) ¿Tienes influencia sobre el orden en el que realizas las tareas?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**31. Estas preguntas tratan sobre el contenido de tu trabajo, las posibilidades de desarrollo profesional y la integración en la empresa actual. Por favor, elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) ¿Tu trabajo requiere que tengas iniciativa?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) ¿Tu trabajo permite que aprendas cosas nuevas?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) ¿La realización de tu trabajo permite que apliques tus habilidades y conocimientos?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) ¿Las tareas que haces te parecen importantes?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
e) ¿Te sientes comprometido con tu profesión?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
f) ¿Tienen sentido tus tareas?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
g) ¿Tu trabajo es variado?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
h) ¿Tu trabajo requiere manejar muchos conocimientos?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
i) ¿Hablas con entusiasmo de tu empresa a otras personas?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
j) ¿Te gustaría quedarte en la empresa en la que estás para el resto de tu vida laboral?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
k) ¿Sientes que los problemas de tu empresa son también tuyos?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
l) ¿Sientes que tu empresa tiene una gran importancia para ti?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**32. Queremos saber hasta qué punto te preocupan posibles cambios en tus condiciones de trabajo actual. Por favor, elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

En estos momentos , ¿estás preocupado/a ...	Muy preocupado	Bastante preocupado	Más o menos preocupado	Poco preocupado	Nada preocupado
a) por lo difícil que sería encontrar otro trabajo en el caso de que te quedaras en paro?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) por si te cambian de tareas contra tu voluntad?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) por si te cambian el horario (turno, días de la semana, horas de entrada y salida) contra tu voluntad?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) por si te varían el salario (que no te lo actualicen, que te lo bajen, que introduzcan el salario variable, que te paguen en especies, etc.)?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**33. Estas preguntas tratan del grado de definición de tus tareas y de los conflictos que puede suponer la realización de tu trabajo actual. Por favor, elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) ¿Sabes exactamente qué margen de autonomía tienes en tu trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) ¿Haces cosas en el trabajo que son aceptadas por algunas personas y no por otras?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) ¿Tu trabajo tiene objetivos claros?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) ¿Sabes exactamente qué tareas son de tu responsabilidad?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
e) ¿Se te exigen cosas contradictorias en el trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
f) ¿Sabes exactamente qué se espera de ti en el trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
g) ¿Tienes que hacer tareas que tú crees que deberían hacerse de otra manera?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
h) ¿En tu empresa se te informa con suficiente antelación de los cambios que pueden afectar a tu futuro?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
i) ¿Recibes toda la información que necesitas para realizar bien tu trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
j) ¿Tienes que realizar tareas que te parecen innecesarias?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**34. Las siguientes preguntas tratan de situaciones en las que necesitas ayuda o apoyo en el trabajo actual. Por favor, elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) ¿Recibes ayuda y apoyo de tus compañeras o compañeros?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) Tus compañeras o compañeros ¿están dispuestos a escuchar tus problemas en el trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) ¿Hablas con tus compañeros o compañeras sobre cómo llevas a cabo tu trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) ¿Recibes ayuda y apoyo de tu inmediato o inmediata superior?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
e) ¿Tu inmediata/o superior está dispuesto a escuchar tus problemas en el trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
f) ¿Hablas con tu superior sobre cómo llevas a cabo tu trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**35. Las siguientes preguntas tratan de la relación con los compañeros y/o compañeras de trabajo actualmente. Por favor, elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) ¿Tu puesto de trabajo se encuentra aislado del de tus compañeros/as ?	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4
b) ¿Puedes hablar con tus compañeros o compañeras mientras estás trabajando?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) ¿Hay un buen ambiente entre tú y tus compañeros/as de trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) Entre compañeras/os ¿os ayudáis en el trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
e) En el trabajo, ¿sientes que formas parte de un grupo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**36. Las siguientes preguntas tratan de la relación con tus jefes inmediatos en el trabajo actual. Por favor, elige UNA SOLA RESPUESTA para cada una de ellas.**

¿Tus actuales jefes inmediatos...	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) se aseguran de que cada uno de los trabajadores/as tiene buenas oportunidades de desarrollo profesional?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) planifican bien el trabajo?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) resuelven bien los conflictos?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) se comunican bien con los trabajadores y trabajadoras?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

**37. En relación con tu trabajo actual, ¿estás satisfecho/a con ...**

	Muy satisfecho	Bastante satisfecho	Más o menos satisfecho	Poco satisfecho	Nada satisfecho
a) tus perspectivas laborales?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) las condiciones ambientales de trabajo (ruido, espacio, ventilación, temperatura, iluminación...)?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) el grado en el que se emplean tus capacidades?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
d) tu trabajo, tomándolo todo en consideración?	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

38. Por favor, responde a todas las preguntas y elige **UNA SOLA RESPUESTA** para cada una de ellas.

	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Sólo alguna vez	Nunca
a) Mis superiores me dan el reconocimiento que merezco	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
b) En las situaciones difíciles en el trabajo recibo el apoyo necesario	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0
c) En mi trabajo me tratan injustamente	[ ]0	[ ]1	[ ]2	[ ]3	[ ]4
d) Si pienso en todo el trabajo y esfuerzo que he realizado, el reconocimiento que recibo en mi trabajo me parece adecuado	[ ]4	[ ]3	[ ]2	[ ]1	[ ]0

Usa este espacio para hacer los comentarios que creas convenientes.

PARA CONSULTA

¡MUCHAS GRACIAS POR TU TIEMPO Y COLABORACIÓN!