

מיפוי רמת הלחץ והרווחה הנפשית של העובדים



שם העובד.ת:

מידה	גורמי הלחץ/התמיכה
1 2 3	אי וודאות אישית, תעסוקתית, כלכלית
1 2 3	לחצים משפחתיים/ אישיים/כספיים
1 2 3	עומס עבודה ומשימות
1 2 3	לחץ זמנים גבוה
1 2 3	עמימות בתפקיד
1 2 3	קונפליקטים ויחסים טעונים בעבודה
1 2 3	רמת האוטונומיה, השליטה והשפעה בתפקיד
1 2 3	רמת התמיכה מהמנהלים, העמיתים
1 2 3	תמיכה ומשאבים אישיים וחברתיים ומשפחתיים
1 2 3	תחושת משמעות וערך בתפקיד
סה"כ רמת הלחץ של העובד.ת.	

שם העובד.ת:

מידה	גורמי הלחץ/התמיכה
1 2 3	אי וודאות אישית, תעסוקתית, כלכלית
1 2 3	לחצים משפחתיים/ אישיים/כספיים
1 2 3	עומס עבודה ומשימות
1 2 3	לחץ זמנים גבוה
1 2 3	עמימות בתפקיד
1 2 3	קונפליקטים ויחסים טעונים בעבודה
1 2 3	רמת האוטונומיה, השליטה והשפעה בתפקיד
1 2 3	רמת התמיכה מהמנהלים, העמיתים
1 2 3	תמיכה ומשאבים אישיים וחברתיים ומשפחתיים
1 2 3	תחושת משמעות וערך בתפקיד
סה"כ רמת הלחץ של העובד.ת.	

שם העובד.ת:

מידה	גורמי הלחץ/התמיכה
1 2 3	אי וודאות אישית, תעסוקתית, כלכלית
1 2 3	לחצים משפחתיים/ אישיים/כספיים
1 2 3	עומס עבודה ומשימות
1 2 3	לחץ זמנים גבוה
1 2 3	עמימות בתפקיד
1 2 3	קונפליקטים ויחסים טעונים בעבודה
1 2 3	רמת האוטונומיה, השליטה והשפעה בתפקיד
1 2 3	רמת התמיכה מהמנהלים, העמיתים
1 2 3	תמיכה ומשאבים אישיים וחברתיים ומשפחתיים
1 2 3	תחושת משמעות וערך בתפקיד
סה"כ רמת הלחץ של העובד.ת.	

שם העובד.ת:

מידה	גורמי הלחץ/התמיכה
1 2 3	אי וודאות אישית, תעסוקתית, כלכלית
1 2 3	לחצים משפחתיים/ אישיים/כספיים
1 2 3	עומס עבודה ומשימות
1 2 3	לחץ זמנים גבוה
1 2 3	עמימות בתפקיד
1 2 3	קונפליקטים ויחסים טעונים בעבודה
1 2 3	רמת האוטונומיה, השליטה והשפעה בתפקיד
1 2 3	רמת התמיכה מהמנהלים, העמיתים
1 2 3	תמיכה ומשאבים אישיים וחברתיים ומשפחתיים
1 2 3	תחושת משמעות וערך בתפקיד
סה"כ רמת הלחץ של העובד.ת.	

סמנו לכל עובד.ת את מידת גורמי הלחץ והתמיכה סביבו:

3 במידה רבה

2 במידה בינונית

1 במידה נמוכה

סה"כ רמת הלחץ של העובד:

● גבוהה מאוד

● בינונית

● נמוכה

● פורח במצב הנוכחי