ERIQ

Kwestionariusz braku równowagi między wysiłkiem a nagrodą (ERIQ)

Kwestionariusz oparty na modelu Siegrista to narzędzie samoopisowe do oceny stresu w pracy, skupione na braku równowagi między wkładanym wysiłkiem a otrzymywanymi w zamian nagrodami. Bada trzy uzupełniające się wymiary: wysiłek zewnętrzny, nagrody zawodowe i nadmierne zaangażowanie. W praktyce klinicznej pomaga zidentyfikować przewlekłą ekspozycję na ryzyko psychospołeczne, udokumentować kontekst cierpienia związanego z pracą i lepiej zrozumieć obrazy stresu zawodowego, wyczerpania emocjonalnego, wypalenia zawodowego lub objawów lękowych i depresyjnych związanych z pracą. Jest szczególnie przydatny u dorosłych pracujących, w psychologii pracy, w konsultacjach z zakresu medycyny pracy lub w ocenie psychologicznej uwzględniającej środowisko pracy.

Liczba pytań	23 pytania
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Effort-Reward Imbalance Questionnaire
Grupa docelowa	Dorośli pracujący
Autorzy	Johannes Siegrist (1996)
Kategoria	Wypalenie zawodowe

Podgląd 23 pytań

Z powodu dużego obciążenia pracą stale działam pod presją czasu.

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

W trakcie pracy często ktoś mi przerywa lub przeszkadza.

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

W mojej pracy mam dużo odpowiedzialności.

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

Często jestem zmuszany(-a) do pracy w nadgodzinach.

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

Moja praca jest wymagająca fizycznie.

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

Obliczanie wyników i interpretacja

W najczęściej stosowanej wersji francuskiej zsumuj 6 pozycji dotyczących wysiłku, aby uzyskać wynik wysiłku, 11 pozycji dotyczących nagród, aby uzyskać wynik nagród, a następnie 6 pozycji nadmiernego zaangażowania, aby uzyskać odpowiadający im wynik; pozycję 20 skali nadmiernego zaangażowania punktuje się odwrotnie. Główny wskaźnik braku równowagi szacuje się za pomocą ilorazu wysiłku do nagrody, skorygowanego współczynnikiem 11/6. Iloraz większy niż 1 wskazuje na niekorzystny brak równowagi, z wysokim wysiłkiem w stosunku do nagród. Nadmierne zaangażowanie interpretuje się osobno; wyższy wynik odzwierciedla nadmierne angażowanie się i trudność w zdystansowaniu się od pracy. Interpretację należy zawsze odnosić do stanowiska pracy, warunków zatrudnienia i wywiadu klinicznego.