

Formulär om obalans mellan ansträngning och belöning (ERIQ)

Formuläret enligt Siegrists modell är ett självskattningsinstrument för bedömning av arbetsrelaterad stress som fokuserar på obalansen mellan den ansträngning som görs och de belöningar som ges i gengäld. Det kartlägger tre kompletterande dimensioner: extrinsisk ansträngning, belöningar i arbetet och överengagemang. I klinisk praktik hjälper det till att identifiera kronisk exponering för psykosociala risker, dokumentera ett sammanhang av arbetsrelaterat lidande och belysa bilder av arbetsrelaterad stress, känslomässig utmattning, utbrändhet eller arbetsrelaterade ångest- och depressionssymtom. Det är särskilt användbart för yrkesverksamma vuxna, vid arbetspsykologiska eller företagshälsovårdsmottagningar eller i en psykologisk bedömning som tar hänsyn till arbetsmiljön.

Antal frågor	23 frågor
Beräknad tid	10 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Effort-Reward Imbalance Questionnaire
Målgrupp	Yrkesverksamma vuxna
Författare	Johannes Siegrist (1996)
Kategori	Utbrändhet

Förhandsgranskning av de 23 frågorna

Jag har ständig tidspress på grund av hög arbetsbelastning.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer | Instämmer helt

Jag har många avbrott och störningar i mitt arbete.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer | Instämmer helt

Jag har stort ansvar i mitt arbete.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer | Instämmer helt

Jag pressas ofta att arbeta övertid.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer | Instämmer helt

Mitt arbete är fysiskt krävande.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer | Instämmer helt

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

I den mest använda franska versionen summeras de 6 frågorna om ansträngning till en ansträngningspoäng, de 11 frågorna om belöning till en belöningspoäng och de 6 frågorna om överengagemang till motsvarande poäng, där överengagemangsfråga 20 poängsätts omvänt. Den huvudsakliga obalansen skattas med en kvot mellan ansträngning och belöning, justerad med korrektionsfaktorn 11/6. En kvot över 1 tyder på en ogynnsam obalans med hög ansträngning i förhållande till belöningarna. Överengagemang tolkas separat, och en högre poäng speglar överdrivet engagemang och svårigheter att koppla bort arbetet. Tolkningen måste alltid sättas i relation till arbetet, anställningsvillkoren och den kliniska intervjun.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Tillförlitliga och relevanta bedömningar som ger mig en bättre bild av mina patienters psykiska tillstånd”

Benjamin G. - Arbetspsykolog