

職業性ストレス簡易調査の結果(例)

○○ ○○ 殿

4

低い／少ない やや低い
 ／少ない 普通 やや高い 高い／多い
 ／多い

【ストレスの原因と考えられる因子】

心理的な仕事の負担(量)

心理的な仕事の負担(質)

自覚的な身体の負担度

職場の対人関係でのストレス

職場環境によるストレス

仕事のコントロール度★

あなたの技能の活用度★

あなたが感じている仕事の適性度★

働きがい、★

【ストレスによっておこる心身の反応】

活気★

イライラ感

疲劳感

不安感

抑うつ感

身体愁訴

【ストレス反応に影響を与える他の因子】

上司からのサポート★

同僚からのサポート★

家族や友人からのサポート★

仕事や生活の満足度★