

Norsk skjema for Arbeidsmotivasjon.				
Poeng 1=lite/lav/dårlig - til 5 =mye/høy/god mm		Svar (1-5)		
Kategori	Spørsmål	Poeng	Vekt	Sum
1. Helsevurdering	Hvordan vurderer du din generelle helse?		0.6	
	Er du smertefri og opplever behagelig dager?		0.6	
	Hvor høyt er ditt energinivå?		0.6	
	Hvor god er søvnkvaliteten din?		0.4	
	Hvor mye velvære, ro og kontroll opplever du daglig?		0.6	
2. Arbeidskapasitet	Hvor godt klarer du å utføre arbeidsoppgaver til tross for symptomer?		0.8	
	Hvor ofte kan du fullføre en hel arbeidsdag?		0.8	
	Hvordan vurderer du din fysiske kapasitet til å utføre jobben din?		0.8	
3. Arbeidsmiljø	Hvor fleksibel er arbeidsgiver med hensyn til oppgaver og arbeidstid?		0.6	
	Har du mulighet til å jobbe hjemmefra? (1 = Nei, 5 = Ja)		0.6	
	Hvordan vurderer du arbeidsmiljøet ditt (støtte fra kolleger og ledelse)?		0.6	
4. Autonomi og Trygghet	Hvor mye kontroll føler du at du har over dine arbeidsoppgaver?		0.8	
	Føler du deg trygg og støttet av kolleger og ledelse når du er på jobb?		0.8	
5. Støtte og Hjelp	Hvilken støtte har du tilgjengelig hjemme (familie og venner)?		0.4	
	Har du tilgang til profesjonell medisinsk hjelp? (1 = Nei, 5 = Ja)		0.4	
	Hvor tilfreds er du med den medisinske støtten du mottar?		0.4	
6. Mestring og Strategier	Hvor godt føler du at du mestrer å kombinere jobb og sykdom?		0.6	
	Hvilke strategier bruker du for å håndtere din sykdom på jobb? se neste:			
	Hvordan vurderer du effektiviteten av disse strategiene?		0.6	
	Hvor motivert er du til å gå på jobb til tross for sykdom?		1.0	
7. Arbeidsmotivasjon	Hvor viktig er det for deg å gå på jobb av økonomiske grunner?		0.4	
	Hvor viktig er det for deg å gå på jobb av sosiale grunner?		0.6	

	Hvor viktig er det for deg å gå på jobb av profesjonelle grunner?		0.6	
<b>8. Psykososiale Faktorer</b>	Hvordan påvirker din sykdom din sosiale muligheter på jobben?		0.6	
	Hvor viktig er det for deg å ha sosial støtte fra kolleger?		0.6	
	Hvor godt føler du at arbeidsplassen tilrettelegger for dine behov?		0.8	
<b>Samlet Vektet Poengsum:</b>				
Totalt   100   Sum av vektete poeng				