직무 스트레스 요인 측정표

- 관련법규 - 산업안전보건법 제5조(사업주의 의무) 제1항 및 산업안전보건기준에 관한 규칙 제 669조 (직무스트레스에 의한 건강장해 예방조치)
- [KOSHA GUIDE H-67-2022] "직무스트레스요인 측정" 지침에 따른 한국인 직무스트레스요인 측정도구입니다.
- **귀하의 생각이나 느낌에 가장 가까운 항목을 선택해 주시기 바랍니다.**

▶ 개인정보 수집·이용 안내

직무스트레스요인 측정을 위해서 아래와 같이 개인정보를 수집·이용합니다.

1. 개인정보 수집 목적 : 직무스트레스 측정을 위한 분석자료로 활용
2. 개인정보 수집 항목 : 소속, 성함, 설문 내용 전반
3. 보유 및 이용기간 : 측정 결과 보고서 완료까지

참여자가 제공한 모든 정보는 필요한 목적 이외로는 사용되지 않습니다.

위 개인정보 수집·이용에 동의합니다.(필수) 동의함 □

성 명		소속부서(팀)	
연 령	만_____세	성 별	□ 남 □ 여

번호	설 문 내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1	근무 장소가 깨끗하고 쾌적하다.	4	3	2	1
2	내 일은 위험하며 사고를 당할 가능성이 있다.	1	2	3	4
3	내 업무는 불편한 자세로 오랫동안 일을 해야 한다.	1	2	3	4
4	나는 일이 많아 항상 시간에 쫓기며 일한다.	1	2	3	4
5	현재 하던 일을 끝내기 전에 다른 일을 하도록 지시받는다.	1	2	3	4
6	업무량이 현저하게 증가하였다.	1	2	3	4
7	나는 동료나 부하직원들을 돌보고 책임져야할 부담을 안고 있다.	1	2	3	4
8	내 업무는 장시간동안 집중력이 요구된다.	1	2	3	4
9	업무 수행 중에 충분한 휴식(짬)이 주어진다.	4	3	2	1
10	일이 많아서 직장과 가정에 다 잘하기가 힘들다.	1	2	3	4
11	여러 가지 일을 동시에 해야 한다.	1	2	3	4
12	내 업무는 창의력을 필요로 한다.	4	3	2	1
13	업무관련 사항(업무의 일정, 업무량, 회의시간 등)이 예고없이 갑작스럽게 정해지거나 바뀐다.	1	2	3	4
14	내 업무를 수행하기 위해서는 높은 수준의 기술이나 지식이 필요하다.	4	3	2	1
15	작업시간, 업무수행과정에서 나에게 결정할 권한이 주어지며 영향력을 행사할 수 있다.	4	3	2	1
16	나의 업무량과 작업스케줄을 스스로 조절할 수 있다.	4	3	2	1

번호	설 문 내 용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
17	나의 상사는 업무를 완료하는데 도움을 준다.	4	3	2	1
18	나의 동료는 업무를 완료하는데 도움을 준다.	4	3	2	1
19	직장에서 내가 힘들 때 내가 힘들다는 것을 알아주고 이해해 주는 사람이 있다.	4	3	2	1
20	직장생활의 고충을 함께 나눌 동료가 있다.	4	3	2	1
21	지금의 직장을 옮겨도 나에게 적합한 일을 쉽게 찾을 수 있다.	4	3	2	1
22	현재의 직장을 그만두어도 현재 수준만큼의 직업(직장)을 쉽게 구할 수 있다.	4	3	2	1
23	직장 사정이 불안하여 미래가 불확실하다.	1	2	3	4
24	나의 직업은 실직하거나 해고당할 염려가 있다.	4	3	2	1
25	앞으로 2년 동안 현재의 내 직업을 잃을 가능성이 있다.	1	2	3	4
26	나의 근무조건이나 상황에 바람직하지 못한 변화(예, 구조조정)가 있었거나 있을 것으로 예상된다.	1	2	3	4
27	우리 직장은 근무평가, 인사제도(승진, 부서배치 등)가 공정하고 합리적이다.	4	3	2	1
28	업무수행에 필요한 인원, 공간, 시설, 장비, 훈련, 등의 지원이 잘 이루어지고 있다.	4	3	2	1
29	우리 부서와 타 부서 간에는 마찰이 없고 업무협조가 잘 이루어진다.	4	3	2	1
30	근로자, 관리감독자, 사업주 모두가 직장을 위해 한마음으로 일을 한다.	4	3	2	1
31	일에 대한 나의 생각을 반영할 수 있는 기회와 통로가 있다.	4	3	2	1
32	나의 경력개발과 승진은 무난히 잘 될 것으로 예상한다.	4	3	2	1
33	나의 현재 직위는 나의 교육 및 경력에 비추어 볼 때 적절하다.	4	3	2	1
34	나의 직업은 내가 평소 기대했던 것에 미치지 못한다.	1	2	3	4
35	나의 모든 노력과 업적을 고려할 때 내 봉급/수입은 적절하다.	4	3	2	1
36	나의 모든 노력과 업적을 고려할 때, 나는 직장에서 제대로 존중과 신임을 받고 있다.	4	3	2	1
37	나는 지금 하는 일에 흥미를 느낀다.	4	3	2	1
38	내 사정이 앞으로 더 좋아질 것을 생각하면 힘든 줄 모르고 일하게 된다.	4	3	2	1
39	나의 능력을 개발하고 발휘할 수 있는 기회가 주어진다.	4	3	2	1
40	회식자리가 불편하다.	1	2	3	4
41	나는 기준이나 일관성이 없는 상태로 업무지시를 받는다.	1	2	3	4
42	직장의 분위기가 권위적이고 수직적이다.	1	2	3	4
43	남성, 여성이라는 성적인 차이 때문에 불이익을 받는다.	1	2	3	4