

# Balans krav och resurser-individ

Det frågor som inte kryssas i behöver arbetsgivaren fördjupa sig i, förtydliga eller på något annat sätt åtgärda.

- Just nu är arbetsbelastning lagom
- I mitt arbete ingår det att ha "hålla många bollar i luften", sammanfatta, lösa oväntade problem och lära nytt
- Det finns tillräckligt med bemanning på min avdelning
- Jag har tillräckligt med kompetens för att känna att jag har kontroll på alla mina arbetsuppgifter.
- Jag upplever att jag har tillräckligt med handlingsutrymme för att kunna påverka mina arbetsuppgifter
- Jag har tillräckligt med tid för att kunna utföra mina arbetsuppgifter
- Jag har möjlighet för återhämtning
- Jag är säker om arbetsinnehållet vilka produkter, tjänster eller service som ska utföras, hur mycket det ska göra och mina förväntningar
- Jag är säker på vilka krav som ställs och vilka resurser det finns att tillgå
- Jag känner till vilka varningssignalerna är om stressen och arbetsbelastningen är för stor
- Jag vet vem jag kan vända mig till om arbetsbelastningen blir för stor
- Jag vet vem jag ska vända mig till för att få hjälp och stöd
- Jag vet vilka förväntningar arbetsgivaren har på mig
- Jag är medveten om vad mina arbetsuppgifter leder till och vad jag tillför till organisationen? (kuggen i hjulet)
- Jag vet vilka arbetsuppgifter som är viktigast att göra först vid tidsbrist? (prioriteringar)
- Jag har tillräckligt med kunskap om hur arbetsuppgifterna ska göras och av vem

- Jag upplever att mina befogenheter är synkade med ansvaret? (se över befattningsbeskrivningen)
- Det är tydligt för mig vilka företagets mål är och hur avdelningens mål är kopplat till företagets
- Det är klart för mig vilka mina mål är kopplat till avdelningens och företagets mål
- Jag har varit med om att skapa min egen arbetsplan utifrån målen som är satta
- Det finns tillräckligt med bemanning för att kunna utföra arbetsuppgifterna
- Jag har tillräckligt med kunskap och kompetens för att kunna utföra mina arbetsuppgifter
- Jag har tillräckligt med handlingsutrymme för att påverka mina arbetsuppgifter
- Det finns nödvändiga verktyg och teknik för att kunna utföra arbetsuppgifterna
- Det finns tid för återhämtning; sömn och vila kroppen mellan arbetspassen, tar du pauser och raster