

بسمه تعالی

آزمون رضایت شغلی



آزمون رضایت شغلی

صدسال پیش مردم درباره کار آینده خود حرفی برای گفتن نداشتند. اکثر آنها فاقد تحصیلات بودند و بی سوادى چنان شایع بود که تنها مشاغل دستی یا کارهای غیرتخصصی در دسترس آنان قرار می گرفت. عوامل جغرافیایی نیز در این امر دخیل بود.

برای مثال اگر در روستا زندگی می کردند به کارهای کشاورزی می پرداختند، اگر نزدیک دریا زندگی می کردند احتمالاً در ارتباط با ماهی و ماهیگیری فعالیت می کردند و اگر در شهر زندگی میکردند، پس مانده کارهای صنعتی را در دست می گرفتند.

اما این تصویر در قرن بیستم دگرگون شده است.

اکنون با در نظر گرفتن امکان جابجایی بیشتر و فرصت های تحصیلی برای همه، درصد بیشتری از مردم درباره نحوه زندگی و چگونگی کسب نان روزانه خود حق انتخاب دارند.

اما روانشناسان از مدتها پیش به این نکته توجه داشته اند که افراد نه تنها از نظر هوشی متفاوت هستند بلکه هر یک استعداد و شایستگی گوناگونی برای مشاغل مختلف دارند.

با در نظر گرفتن این امر، آزمون هایی طراحی گردید تا افراد با استفاده از آنها شغل مناسب خود را بیابند.

البته استفاده از چنین آزمون هایی، محدودیتهایی نیز دارد و باید تحت

نظر متخصصان آزموده انجام گیرد و به همین دلیل برای خودآزمایی مناسب نیستند. لیکن در تعیین تناسب شغل با خصوصیات افراد، عوامل دیگری غیر از شایستگی و قابلیت وجود دارند. پرسشنامه زیر به همین منظور طراحی گردیده است.

پرسشنامه رضایت شغلی

1- آیا وقتی در محیط کار هستید به ساعت نگاه می کنید؟

الف- دائماً ب- در موقع بیکاری ج- هرگز

2- آیا وقتی صبح شنبه از راه می رسد،

الف- آماده برای انجام کار هستید؟

ب- آرزو می کنید ای کاش با پای شکسته در بیمارستان بستری می شدید؟

ج- در ابتدا با بی میلی شروع می کنید اما پس از چند ساعتی ، شادمانه مشغول انجام وظایف خود می شوید؟

3- در انتهای یک روز کاری، چگونه احساس می کنید؟

الف- خسته و کوفته و به درد هیچ کاری نمی خورید؟

ب- خوشحال از اینکه می توانید زندگی شخصی خود را دنبال کرده و اوقات خوشی راسپری کنید؟

ج- گاهی اوقات خسته اما معمولاً بسیار خشنود هستید؟

4- آیا از بابت کار خود نگرانی به دل راه می دهید؟

الف- گاهی ب- هرگز ج- اغلب

5- با کدامیک از جملات زیر موافقید؟

الف- در این شغل از تمام مهارت های شما استفاده نمی شود.

ب- در این شغل، بیش از مهارت های خود باید کار کنید.

ج- در این شغل، کارهایی باید انجام دهید که هرگز فکر نمی کردید از عهده اش بر آیید؟

- 6- کدامیک از جملات زیر در مورد شما صدق می کند؟
- الف- از کاری که انجام می دهم، به ندرت حوصله ام سر می رود.
ب- معمولاً به کارم علاقه مندم، اما گاهی اوقات حوصله ام سر می رود.
ج- اکثر اوقات حوصله ام سر می رود.

7- چه مقدار از زمان کاری شما صرف تلفن های شخصی و اموری غیر از مسائل کاری می شود؟

- الف- خیلی کم
ب- اندکی ، خصوصاً وقتی در زندگی خصوصی خودمشکل دارم.
ج- خیلی زیاد

8- آیا رؤیای داشتن شغلی دیگر را در سر می پرورانید؟

- الف- خیلی کم
ب- نه درباره شغلی دیگر، بلکه درباره موقعیتی بهتر در همین شغل.
ج- بله

9- آیا در شغل کنونی احساس می کنید که

- الف- در اکثر مواقع صاحب توانایی و قابلیت هستید؟
ب- گاهی اوقات صاحب توانایی و قابلیت هستید؟
ج- اکثر اوقات مضطرب و فاقد توانایی و قابلیت هستید؟

10- آیا می پندارید که:

الف- همکارانتان را دوست دارید و به آنها احترام می گذارید؟

ب- همکارانتان را دوست ندارید؟

ج- نسبت به همکارانتان بی تفاوت هستید؟

11- کدامیک از جملات زیر در مورد شما صدق می کند؟

الف- نمی خواهم درباره کارم، چیز بیشتری بیاموزم.

ب- وقتی کارم را شروع کردم، فراگیری آن برایم بسیار لذت بخش بود.

ج- میل دارم تا آنجا که ممکن است درباره (فوت و فن) کارم یاد بگیرم.

12- از بین ویژگیهای زیر ، آنهایی را که نقاط قوت شما هستند، علامت

بزنید.

الف- احساس همدردی

و- بنیه جسمانی

ب- ذهن باز (روشن اندیشی)

ز- ابتکار

ج- خونسردی

ح- تخصص

د- حافظه خوب

ط- دلربائی

ه- قدرت تمرکز

ی- شوخ طبعی

13- شغل فعلی شما کدام یک از ویژگیهای بالا را که نقاط قوت شما

هستند ، می طلبد؟

الف- ب- ج- د- ه-

و- ز- ح- ط- ی-

14- با کدام یک از جملات زیر بیشتر موافقید؟

- الف- شغل فقط وسیله ای برای پول در آوردن و امرار معاش است.
- ب- شغل، عمدتاً وسیله ای است برای پول در آوردن ، اما در صورت امکان باید رضایت بخش نیز باشد.
- ج- شغل همانا تمامی راه زندگی است.

15- آیا اضافه کاری می کنید؟

- الف- تنها در صورتی که پولی بابت آن پرداخت شود.
- ب- هرگز
- ج- اغلب ، حتی بدون حقوق.

16- آیا سال گذشته (غیر از مرخصی یا بیماری) در کار خود غیبت داشته اید؟

- الف- به هیچ وجه
- ب- تنها برای چند روز
- ج- اغلب

17- خود را چگونه ارزیابی می کنید؟

- الف- بسیار جاه طلب ؟
- ب- فاقد جاه طلبی؟
- ج- کمی جاه طلب؟

18- آیا تصور می کنید همکاران شما

- الف- دوستتان دارند، از مصاحبت شما لذت می برند و به طور کلی به خوبی با شما کنار می آیند ؟

الف- بله ب- بله ، دوست دارم اما زندگی ام نمی چرخد ج- نه

24- اگر از کار اخراجتان کنند برای کدام یک از موارد زیر بیشتر دلتان تنگ می شود؟

الف- پولی که دریافت می کردی ؟

ب- کاری که انجام می دادید؟

ج- مصاحبت همکاران؟

25- آیا هیچ وقت برای تفریح از محل کارتتان مرخصی می گیرید؟

الف- بله ب- نه ج- ممکن است ، به شرطی که آنجا کاری ضروری وجود نداشته باشد.

26- آیا احساس می کنید که در محیط کار، قدر شما را نمی دانند؟

الف- گاهی ب- اغلب ج- به ندرت

27- از چه چیز کار خود، بیشتر بدتان می آید؟

الف- اینکه وقت شما در اختیار خودتان نیست ؟

ب- ملالت و خستگی از کار؟

ج- اینکه نمی توانید همیشه کارها را به میل خود انجام دهید؟

28- آیا زندگی خصوصی تان را از زندگی شغلی خود جدا نگاه می دارید ؟

(دراین مورد با همکار شغلی یا شریک زندگی خود مشورت کنید).

الف- کاملاً

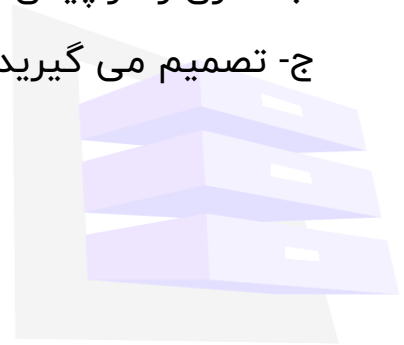
ب- اکثر اوقات ، اما گاهی نیز تداخل ایجاد می شود.

ج- به هیچ وجه

- 29- آیا به فرزندتان توصیه می کنید شغل شما را پیش گیرند؟
- الف- بله ، در صورتی که او خلق و خو و استعداد آن را داشته باشد.
- ب- خیر، او را از این کار بر حذر می کنم.
- ج- او را به ادامه کار وادار نمی کنم اما دلسردش هم نمی کنم.

- 30- اگر ناگهان مقدار زیادی پول برنده شوید و یا ارث ببرید ، آیا
- الف- دیگر تا آخر عمر کار نمی کنید؟
- ب- کاری را در پیش می گیرید که همیشه آرزویش را داشتید؟
- ج- تصمیم می گیرید همین کاری را که مشغول آن هستید، ادامه دهید؟

دانشجو
EKESHOO



پاسخ نامه آزمون رضایت شغلی

سن:

نام و نام خانوادگی:

جنسیت:

سنوات اشتغال:

شغل:

تاریخ آزمون:

ردیف	الف	ب	ج	ردیف	الف	ب	ج
1				16			
2				17			
3				18			
4				19			
5				20			
6				21			
7				22			
8				23			
9				24			
10				25			
11				26			
12				27			
13				28			
14				29			
15				30			

امتیازات

اکنون پاسخ های خود را نمره گذاری کنید.
جهت نمره گذاری از جدول زیر استفاده کرده، امتیازها را جمع کنید تا به تحلیل مورد نظر دست یابید.

امتیازهای مرتبط با هر يك از گزینه ها							
سؤال	الف	ب	ج	سؤال	الف	ب	ج
1	1	3	5	16	5	3	1
2	5	1	3	17	3	1	5
3	3	1	5	18	5	1	3
4	5	3	1	19	1	3	5
5	1	3	5	20	5	3	1
6	5	1	3	21	1	3	5
7	5	3	1	22	1	3	5
8	5	3	1	23	1	3	5
9	5	3	1	24	1	3	5
10	5	3	1	25	1	3	5
11	1	3	5	26	5	3	1
12	هر بار که پاسخ های شما، مشابه			27	5	3	1
13	هم هستند، پنج نمره منظور کنید.			28	5	3	1
14	1	3	5	29	5	3	1
15	3	1	5	30	5	1	3

تحلیل

امتیازهای شما باید در دامنه وسیعی بین 30 تا 195 باشد. به عنوان یک قاعده کلی، هر چه امتیاز شما بالاتر باشد، از کار خود رضایت بیشتری خواهید داشت. برای جزئیات بیشتر به توضیحات زیر توجه کنید.

نمره	تفسیر
50-30	<p>رضایت شغلی بسیار پایین: امتیاز در این محدوده در واقع بسیار پایین است و شکی نیست که شغل کنونی شما به هیچ وجه رضایت خاطرتان را فراهم نمی کند. اگر بیش از پنجاه سال دارید، احتمالاً به علت دست نیافتن به ترفیعی که امیدش را داشتید، دلسرد و نومید شده اید. تنها مطلبی که می توان گفت این است که با فرا رسیدن روز خوش بازنشستگی، برایتان آرزوی بهروزی کرد. اما اگر فرد جوانتری هستید، بهترین کاری که می توانید انجام دهید این است که با واقعیت های نارضایتی خود روبرو شوید، شهادت به خرج دهید و به دنبال کاری لذت بخش درجایی دیگر باشید.</p>
84-51	<p>رضایت شغلی پایین: به نظر نمی رسد از شغل کنونی خود خشنود باشید. شاید علتش این است که این شغل مناسب شما نیست. از طرف دیگر شاید به طور کلی از این گونه مشاغل دل خوشی ندارید، شاید چنان ارزشی برای آزادی خود قائلید که از تقاضاهایی که اکثر مشاغل بر دوش شما می گذارند، منجزرید. و شاید احتمالی دیگر این باشد که قابلیت های واقعی شما مورد استفاده قرار نمی گیرند. در این باره به دقت فکر کنید و ببینید آیا امکان ندارد شغل دیگری بیابید که با خلق و خوی شما متناسب باشد. اگر موضوع نارضایتی شما فقط تنفر و انزجار از رییس یا همکارانتان است، شاید با تغییر محل کار به جای نوع کار، موجبات رضایت شغلی شما فراهم آید. شاید محیط جدید، شروع خوبی برایتان به ارمغان آورد و زندگی شما را از یک نواختی برهاند.</p>

144-85

رضایت شغلی متوسط: امتیاز در این محدوده درست در حد وسط قرار می گیرد. مانند اکثر افراد، احتمالاً کاری پیدا کرده اید که با خلق و خوی شما سازگار است، هرچند می توان گفت احساس می کنید به اندازه کافی حقوق نمی گیرید و شاید در شغلی دیگر، اوضاع و احوال بهتری داشته باشید. از طرف دیگر مسلماً جوانب اجتماعی کار برای شما جذاب است، از این رو استفاده از استعدادهایتان برای شما همان قدر اهمیت دارد که روابط صمیمانه با همکارانتان دارد. آزمودنی بین شغل و زندگی خصوصی خود، تعادل برقرار کرده است و احتمالاً از هر دو لذت می برد. وی می تواند در شغل کنونی خود نیز موفق باشد اما مانند افرادی که از امتیاز بالاتری برخوردارند، به سوی موفقیت پیش نمی رود. اگر آزمودنی با استعداد است و به راحتی در مسیر ترفیع قرار می گیرد، شاید از فشار یک شغل عالی خوشش نیاید، اما باید صبر کرده، موقعیت های جدید را در آن شغل امتحان کند.

175-145

رضایت شغلی بالا: کار برای آزمودنی بسیار مهم است و او نیز خود را غرق در کار می کند و از آن لذت هم می برد. در واقع شاید آزمودنی بخش اعظم هویت شخصی خود را از کارش کسب می کند. این نگرش، گویای این امر است که آزمودنی در مشاغل دیگر نیز موفق خواهد بود و اگر تغییری در شرایط و موقعیت شغلی وی رخ دهد، بدیهی است کمر خم نمی کند و موفق نیز می شود. احتمالاً صبح های شنبه شادترین اوقات آزمودنی است.

بیش از

175

رضایت شغلی غیر طبیعی: این امتیاز موجب نگرانی است و چنین می نماید که کار، همه جوانب زندگی آزمودنی را تحت کنترل خودش در آورده است. آزمودنی باید لحظه ای درنگ کرده و تأمل کند. آیا شغل او تا این اندازه برای وی اهمیت پیدا کرده است؟ آیا همه چیز را فدای کار کرده است؟ اگر آزمودنی چنین غرق در کار خود نباشد آیا امکان ندارد رضایت و خشنودی واقعی را تجربه کند؟