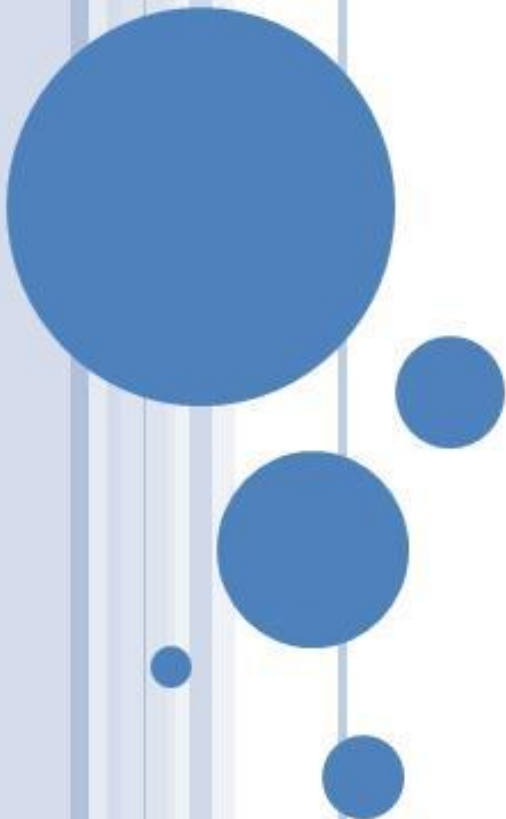


GARÐABÆR

VINNUTENGÐ STREITA 2019 OG 2021

Hjördís Sigursteinsdóttir

Desember 2021



EFNISYFIRLIT

MYNDASKRÁ.....	3
INNGANGUR	4
UPPNÁM VEGNA ÓVÆNTS ATBURÐAR	5
EKKI FÆR UM AÐ STJÓRNA MIKILVÆGUM HLUTUM	6
ÓÖRYGGI OG STRESS	7
ÖRYGGI UM EIGIN HÆFNI VARÐANDI PERSÓNULEG VANDAMÁL	8
HLUTIRNIR ERU MÉR Í HAG	9
RÁÐA EKKI VIÐ ALLT SEM ÞARF AÐ GERA.....	10
STJÓRN Á AÐSTÆÐUM SEM HAFNA PIRRAÐ	11
MEÐ ALLT Á HREINU	12
REIÐI VEGNA ATVIKA SEM EKKI VAR HÆGT AÐ STJÓRNA.....	13
VANDAMÁL HRANNAST UPP	14
STREITA EÐA EKKI STREITA	15
SAMANTEKT	16

MYNDASKRÁ

Mynd 1. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú komist í uppnám yfir einhverju sem gerðist í gær?	5
Mynd 2. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og þú værir ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum í lífi þínu?	6
Mynd 3. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú fundið fyrir óöryggi og stressi?	7
Mynd 4. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið örugg(ur) um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál ?	8
Mynd 5. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og hlutirnir væru þér í hag?	9
Mynd 6. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér fundist þú ekki ráða við allt sem þú þarft að gera?	10
Mynd 7. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað þig?	11
Mynd 8. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið þannig að þú sért með allt á hreinu?	12
Mynd 9. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið reið(ur) vegna atvika/hluta sem þú hafðir ekki stjórn á?	13
Mynd 10. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið sem vandamál hrannist upp og þú náir ekki að yfirstíga þau?	14
Mynd 11. Haldin(n) streitu eða ekki haldin(n) streitu	15

INNGANGUR

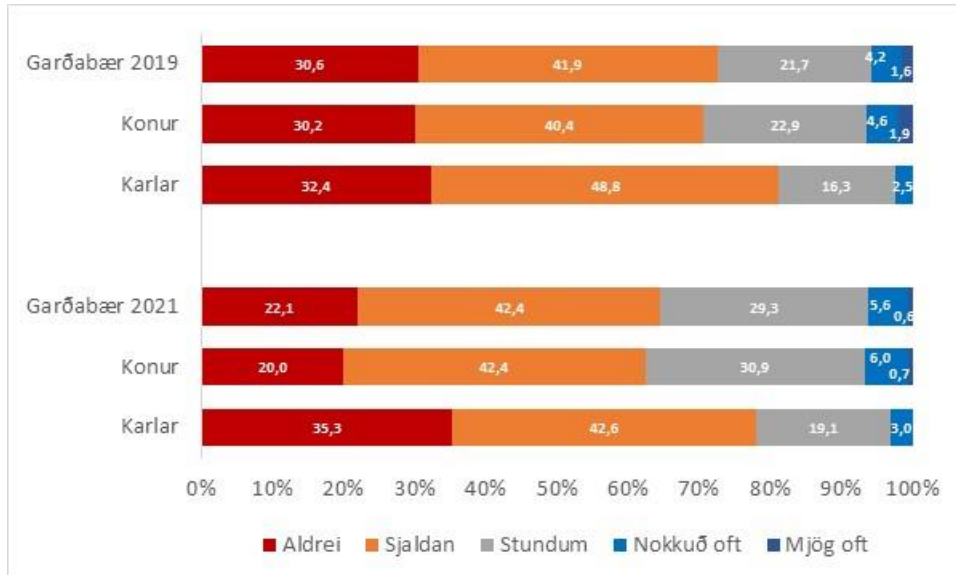
Hugtakið streita er flókið, ekki síst vegna þess að fólk leggur mjög mismunandi skilning í orðið sjálft, allt eftir því hvert samhengið er. Það er talað um að vinnutengd streita sé neikvæð viðbrögð líkamleg jafnt sem andleg sem koma fram þegar misræmi er milli þeirra krafna sem starfið gerir til okkar og þeirrar getu, þarfar og eiginleika sem við búum yfir.

Í þessari skýrslu er að finna niðurstöður fyrir spurningar sem snúa að streitu í fyrirlögnunum 2019 og 2021. Skýrslunni er skipt upp í 13 hluta; (1) Inngangur, (2) Uppnám vegna óvænts atburðar, (3) Ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum, (4) Óöryggi og stress, (5) Öryggi um eigin hæfni varðandi persónuleg vandamál, (6) Hlutirnir eru mér í hag, (7) Ráða ekki við allt sem þarf að gera, (8) Stjórn á aðstæðum sem hafa pirrað, (9) Með allt á hreinu, (10) Reiði vegna atvika sem ekki var hægt að stjórna, (11) Vandamál hrannast upp, (12) Streita eða ekki streita og (13) Samantekt.

Streita var mæld með PSS streitukvarðanum (Perceived Stress Scale) en hann mælir streitueinkenni. Kvarðinn samanstendur af 10 spurningum; (1) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú komist í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt?“, (2) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og þú værir ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum í lífi þínu?“, (3) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú fundið fyrir óöryggi og stressi?“, (4) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið örugg(ur) um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál?“, (5) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og hlutirnir væru þér í hag?“, (6) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér fundist þú ekki ráða við allt sem þú þarft að gera?“, (7) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað þig?“, (8) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið þannig að þú sért með allt á hreinu?“, (9) „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið reið(ur) vegna atvika/hluta sem þú hafðir ekki stjórn á?“, (10) „Hversu oft síðast liðinn mánuð hefur þér liðið sem vandamál hrannist upp og þú náir ekki að yfirstíga þau?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Svarmöguleikum voru gefin tölugildi á bilinu 0 til 4 þar sem hærra gildi var verra en lægra gildi. Snúa þurfti kvarðanum á spurningum 4, 5, 7 og 8 þannig að lesa mætti niðurstöðuna á saman hátt, þ.e. hærra gildi var verra en lægra gildi betra. Stig fyrir allar spurningar voru lögð saman og þannig fengið út heildarskor fyrir streitu sem þýðir því fleiri stig sem mælst því hærri mælist því herra er streitustigið. Almennt viðmiðunargildi fyrir streitu er 13 en þegar kynin eru skoðuð er viðmiðunargildið hjá konum 13,7 stig og 12,1 hjá körlum. Streitustig starfsfólksins var reiknað og borið saman við viðmiðunargildin og flokkað í tvo flokka; (1) Haldin(n) streitu og (2) Ekki haldin(n) streitu.

UPPNÁM VEGNA ÓVÆNTS ATBURÐAR

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú komist í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Hærra gildi þýðir oftar uppnám síðastliðinn mánuð vegna atburðar sem gerðist í óvænt. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



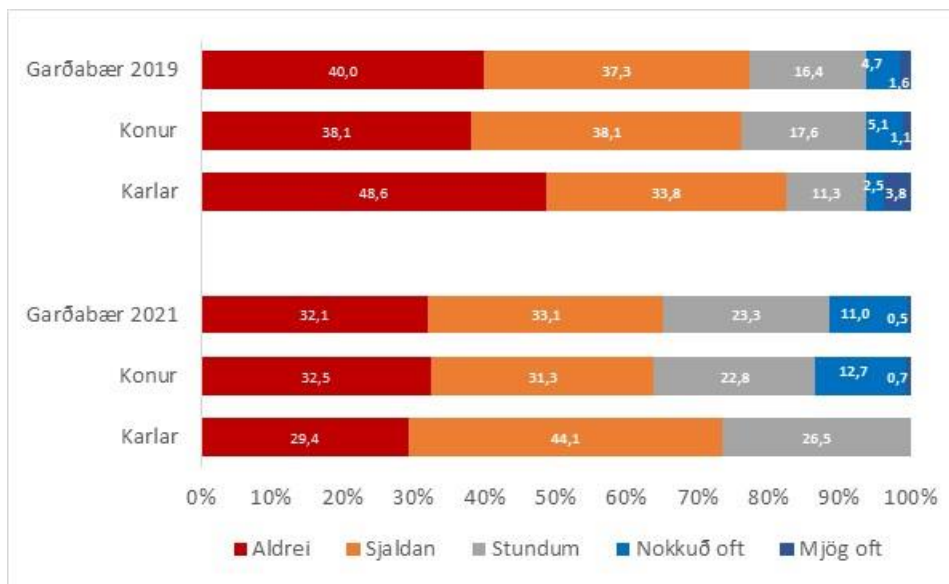
Mynd 1. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú komist í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt?

Niðurstöðurnar sýna að um 6% starfsfólksins í fyrirlögninni 2019 komst nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt og um 73% sjaldan eða aldrei. Sjá má að hærra hlutfall kvenna en karla komst nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt í fyrirlögninni 2019.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem komst nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt var svipað í fyrirlögninni 2019 og 2021. Um 6% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 komst nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt og um 65% sjaldan eða aldrei. Hærra hlutfall kvenna en karla komst oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt.

EKKI FÆR UM AÐ STJÓRNA MIKILVÆGUM HLUTUM

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og þú værir ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum í lífi þínu?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Hærra gildi þýðir oftar upplifun á því síðastliðinn mánuð að vera ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum í lífinu. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 2. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og þú værir ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum í lífi þínu?

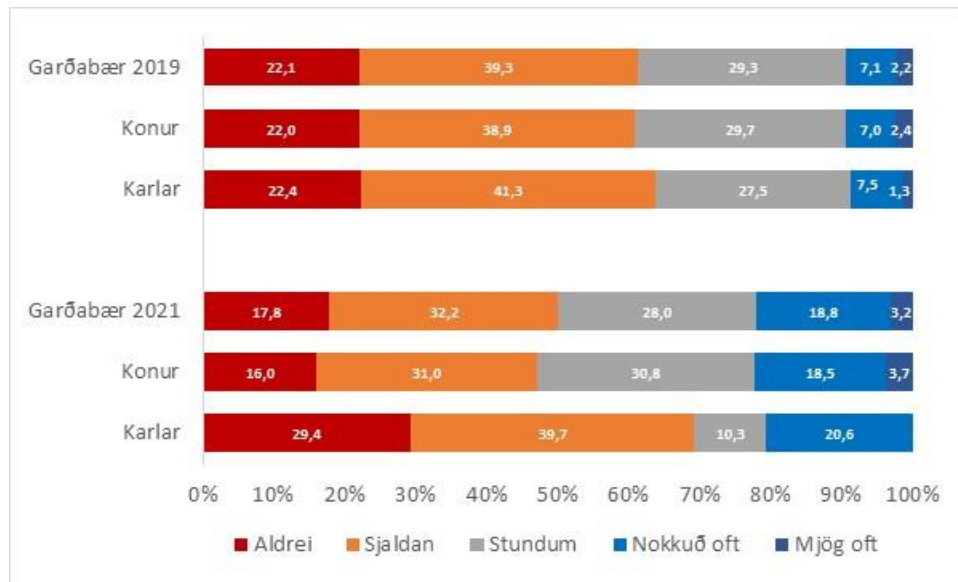
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 6% starfsfólksins leið nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð eins og það væri ekki fært um að stjórna mikilvægum hlutum í lífinu og um 77% leið sjaldan eða aldrei þannig. Sjá má að svipað hlutfall kvenna og karla leið nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð eins og að vera ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum í lífinu.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem leið nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð eins og að vera ekki fært um að stjórna mikilvægum hlutum í lífinu var hærra í fyrirlögninni 2021 en 2019.

Um 12% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 leið nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð eins og það væri ekki fært um að stjórna mikilvægum hlutum í lífinu og um 65% leið sjaldan eða aldrei þannig. Hærra hlutfall kvenna en karla leið nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð eins og að vera ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum í lífinu.

ÓÖRYGGI OG STRESS

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú fundið fyrir óöryggi og stressi“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Hærra gildi þýðir oftar síðast liðinn mánuð að finna fyrir óöryggi og stressi. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 3. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú fundið fyrir óöryggi og stressi?

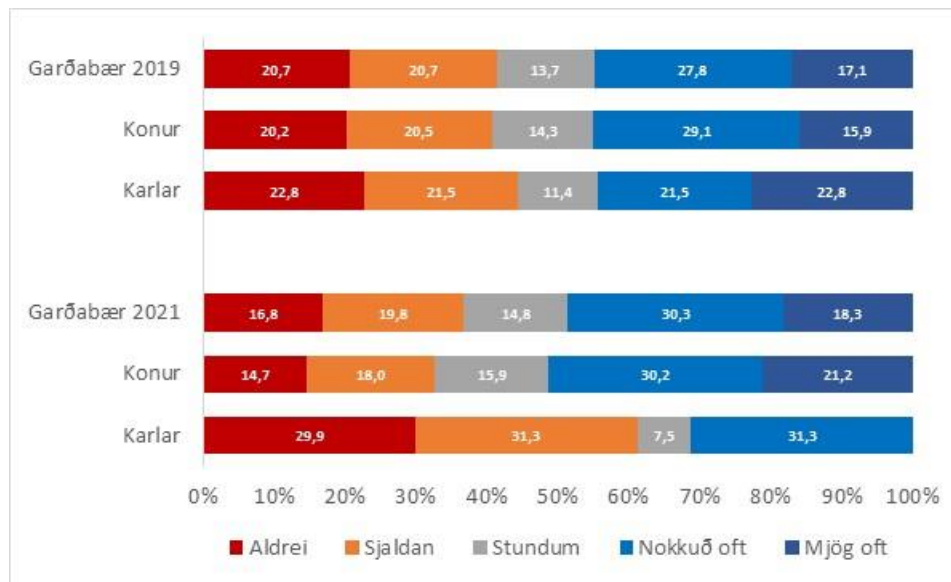
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 9% starfsfólksins hefur nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð fundið fyrir óöryggi eða stressi og um 61% sjaldan eða aldrei. Sjá má að hlutfallslega fleiri konur en karlar hafa nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð fundið fyrir óöryggi og stressi.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem hefur nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð fundið fyrir óöryggi og stressi var hærra í fyrirlögninni 2021 en 2019.

Um 22% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 hefur nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð fundið fyrir óöryggi eða stressi og um 50% sjaldan eða aldrei. Aðeins hærra hlutfall kvenna en karla hefur fundið nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð fyrir óöryggi og stressi.

ÖRYGGI UM EIGIN HÆFNI VARÐANDI PERSÓNULEG VANDAMÁL

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið örygg(ur) um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Kvarðanum á þessari spurningu var snúið þannig að herra gildi er verra en lægra gildi sem þýðir að því herra sem gildið er því sjaldnar upplifir viðkomandi öryggi um eigin hæfni varðandi persónuleg vandamál. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 4. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið örygg(ur) um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál?

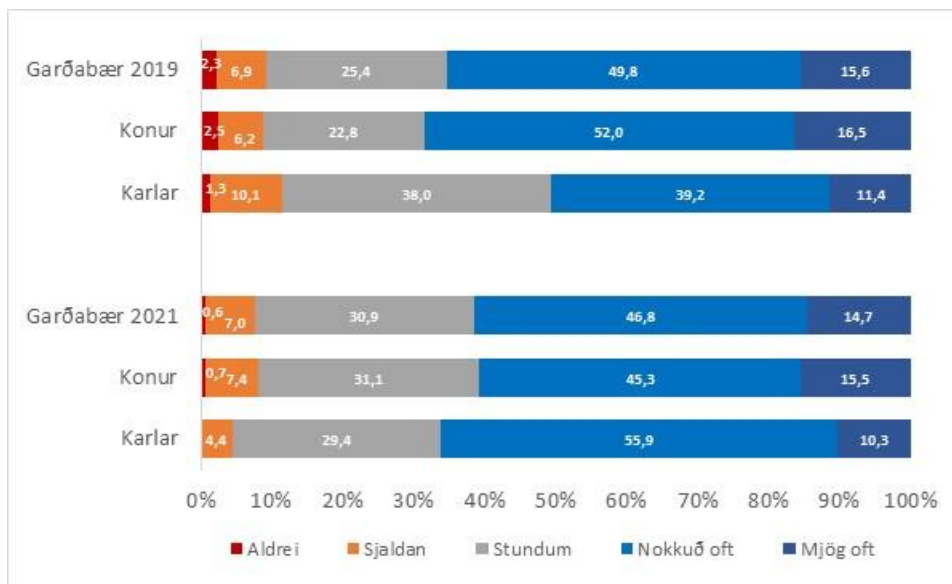
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 41% starfsfólksins hefur sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð verið öruggt um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál og um 45% nokkuð oft eða mjög oft. Sjá má að herra hlutfall karla en kvenna hefur sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð verið öruggt um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem hefur sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð verið öruggt um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál er aðeins lægra í fyrirlögninni 2021 en 2019.

Um 37% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 hefur sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð verið öruggt um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál og um 49% nokkuð oft eða mjög oft. Herra hlutfall karla en kvenna hefur sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð verið öruggt um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál.

HLUTIRNIR ERU MÉR Í HAG

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og hlutirnir væru þér í hag?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Kvarðanum á þessari spurningu var snúið þannig að hærra gildi er verra en lægra gildi sem þýðir að því hærra sem gildið er því sjaldnar líður viðkomandi þannig að hlutirnir séu honum í hag. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 5. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og hlutirnir væru þér í hag?

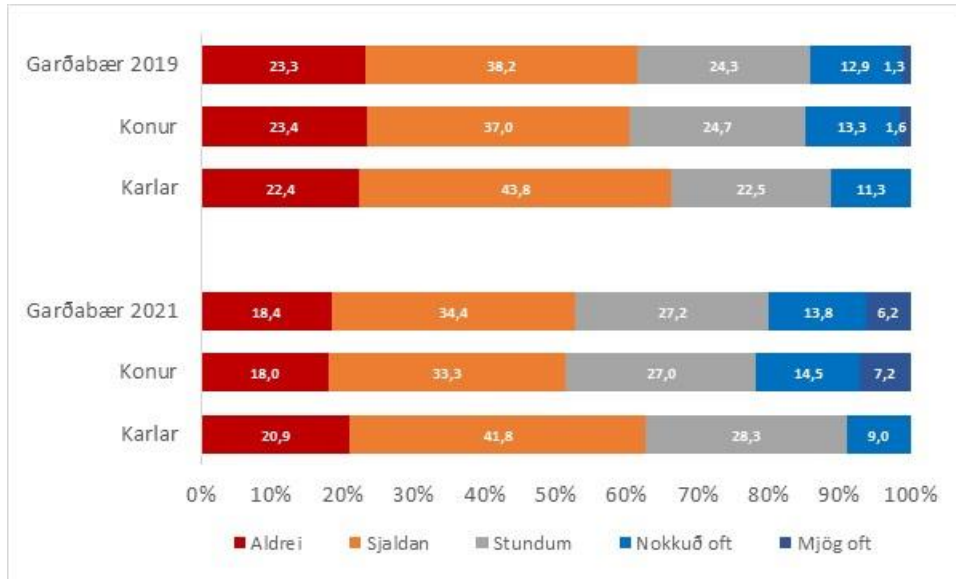
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 9% starfsfólksins leið þannig síðastliðinn mánuð að hlutirnir væru sjaldan eða aldrei þeim í hag og 65% leið þannig nokkuð oft og mjög oft. Sjá má að hærra hlutfall karla en kvenna leið þannig síðast liðinn mánuð að hlutirnir væru sjaldan eða aldrei þeim í hag.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem leið þannig síðastliðinn mánuð að hlutirnir væru sjaldan eða aldrei þeim í hag er mjög svipað í fyrirlögninni 2019 og 2021.

Um 8% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 leið þannig síðastliðinn mánuð að hlutirnir væru sjaldan eða aldrei þeim í hag og um 61% leið þannig nokkuð oft og mjög oft. Hærra hlutfall kvenna en karla leið þannig síðastliðinn mánuð að hlutirnir væru sjaldan eða aldrei þeim í hag.

RÁÐA EKKI VIÐ ALLT SEM ÞARF AÐ GERA

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðast liðinn mánuð hefur þér fundist þú ekki ráða við allt sem þú þarft að gera?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Hærra gildi þýðir að finnast oftar ekki ráða við allt sem þarf að gera. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 6. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér fundist þú ekki ráða við allt sem þú þarft að gera?

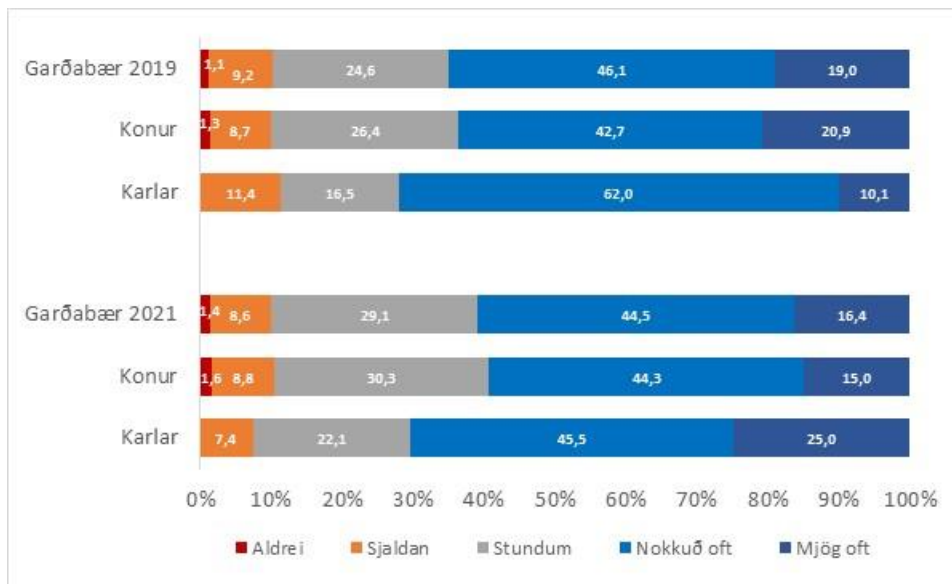
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 14% starfsfólksins fannst það nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð að ráða ekki við allt það sem þarf að gera og um 63% sjaldan eða aldrei. Sjá má að hærra hlutfall kvenna en karla fannst það nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð að ráða ekki við allt sem þarf að gera.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem finnast það nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð ekki ráða við allt sem þarf að gera er hærra í fyrirlögninni 2021 en 2019.

Um 20% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 finnast það nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð ekki ráða við allt sem þarf að gera og um 53% sjaldan eða aldrei. Mun hærra hlutfall kvenna en karla finnast nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð ekki ráða við allt það sem þarf að gera.

STJÓRN Á AÐSTÆÐUM SEM HAFA PIRRAÐ

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað þig?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Kvarðanum á þessari spurningu var snúið þannig að hærra gildi er verra en lægra gildi sem þýðir að því hærra sem gildið er því sjaldnar upplifir viðkomandi að hann hafi stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað hann síðastliðinn mánuð. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 7. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað þig?

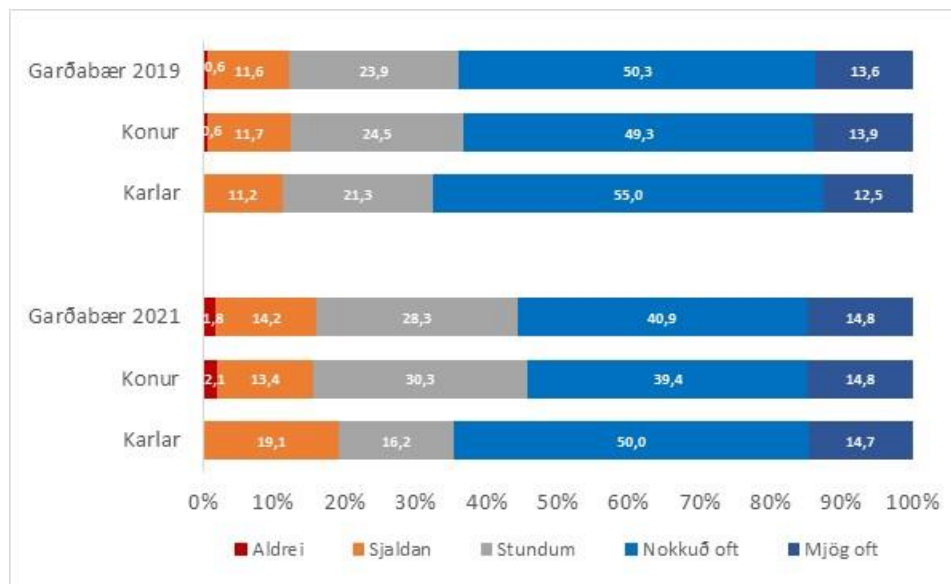
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 10% starfsfólksins upplifði að hafa sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað og 65% upplifði það nokkuð oft eða mjög oft. Sjá má að hærra hlutfall karla en kenna upplifði sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð að hafa haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem upplifði að hafa sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað er svipað í fyrirlögnunum 2019 og 2021.

Um 10% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 upplifði að hafa sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað og tæp 70% mjög oft eða nokkuð oft. Hærra hlutfall kvenna en karla upplifði að hafa sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað.

MEÐ ALLT Á HREINU

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið þannig að þú sért með allt á hreinu?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Kvarðanum á þessari spurningu var snúið þannig að hærra gildi er verra en lægra gildi sem þýðir að því hærra sem gildið er því sjaldnar leið viðkomandi þannig síðastliðinn mánuð að hann hafi verið með allt á hreinu. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 8. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið þannig að þú sért með allt á hreinu?

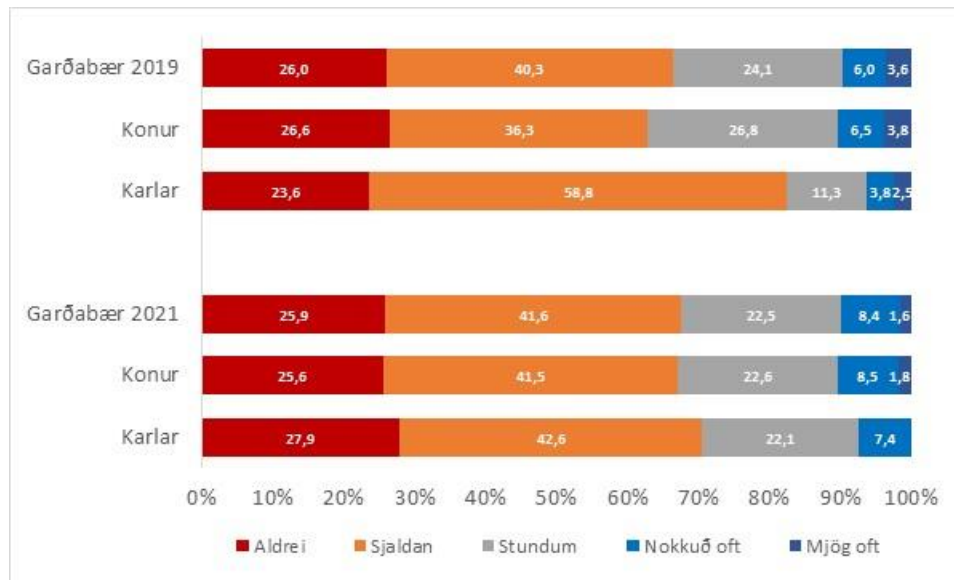
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 12% starfsfólksins leið þannig að það var sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð með allt á hreinu og 64% leið þannig nokkuð oft eða mjög oft. Sjá má að hærra hlutfall kvenna en karla leið þannig síðastliðinn mánuð að hafa sjaldan eða aldrei verið með allt á hreinu.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem leið þannig að hafa sé sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð að vera með allt á hreinu er hærra í fyrirlögninni 2021 en 2019.

Um 16% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 leið þannig að það var sjaldan eða aldrei síðastliðinn mánuð með allt á hreinu og 56% leið þannig nokkuð oft eða mjög oft. Hærra hlutfall karla en kvenna leið þannig síðastliðinn mánuð að hafa sjaldan eða aldrei verið með allt á hreinu.

REIÐI VEGNA ATVIKA SEM EKKI VAR HÆGT AÐ STJÓRNA

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið reið(ur) vegna atvika/hluta sem þú hafðir ekki stjórn á?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Hærra gildi þýðir oftar reiði síðastliðinn mánuð vegna atvika/hluta sem viðkomandi hafði ekki stjórn á. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 9. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið reið(ur) vegna atvika/hluta sem þú hafðir ekki stjórn á?

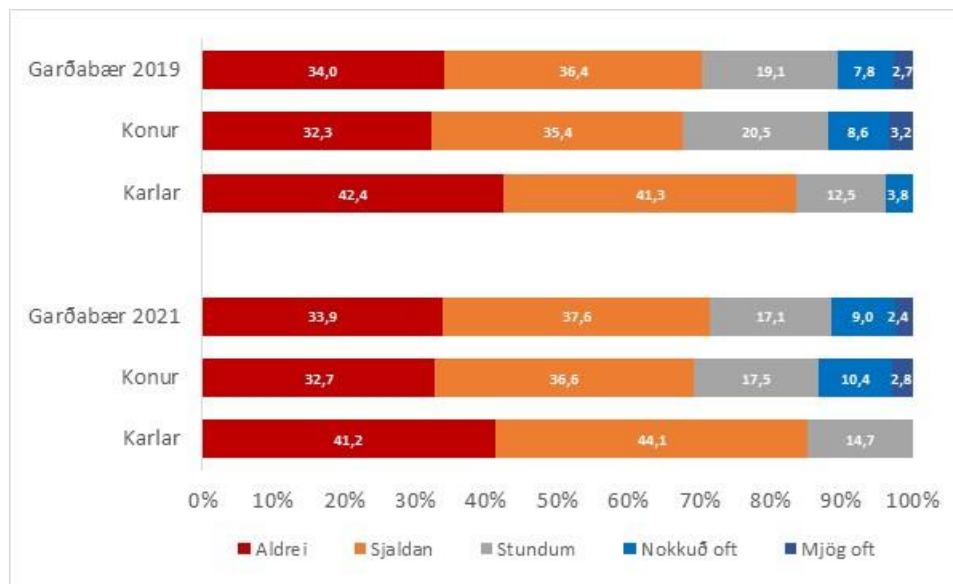
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 10% starfsfólksins hafði nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð verið reitt vegna atvika/hluta sem það hafði ekki stjórn á og um 66% sjaldan eða aldrei. Sjá má að hærra hlutfall kvenna en karla hafði nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð verið reitt vegna atvika/hluta sem það hafði ekki stjórn á.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem hafði nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð verið reitt vegna atvika/hluta sem það hafði ekki stjórn á er svipað í fyrirlögnunum 2019 og 2021.

Um 10% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 hafði nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð verið reitt vegna atvika/hluta sem það hafði ekki stjórn á og um 68% sjaldan eða aldrei. Hærra hlutfall kvenna en karla hafði nokkuð oft eða mjög oft síðastliðinn mánuð verið reitt vegna atvika/hluta sem það hafði ekki stjórn á.

VANDAMÁL HRANNAST UPP

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurninguna: „Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið sem vandamál hrannist upp og þú náir ekki að yfirstíga þau?“. Svarmöguleikar voru: Aldrei, sjaldan, stundum, nokkuð oft og mjög oft. Hærra gildi þýðir oftar upplifun á því að síðastliðinn mánuð hafi vandamál hrannast upp og viðkomandi ekki náð að yfirstíga þau. Gildið er síðan notað í samlagningu á heildarstreituskori.



Mynd 10. Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið sem vandamál hrannist upp og þú náir ekki að yfirstíga þau?

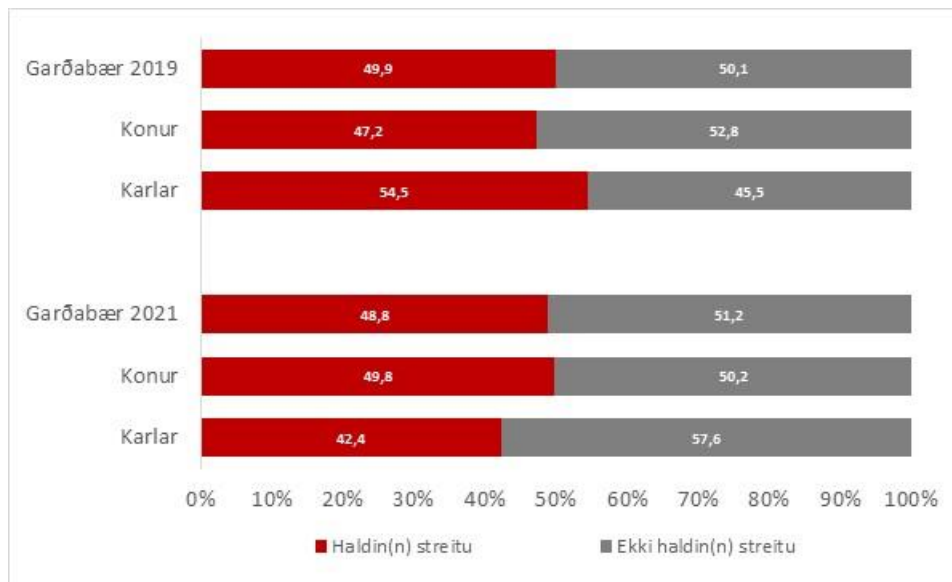
Niðurstöðurnar fyrir 2019 sýna að um 11% starfsfólksins leið nokkuð oft eða mjög oft þannig síðastliðinn mánuð að vandamálín hrönnuðust upp og það náði ekki að yfirstíga þau og um 70% leið þannig sjaldan eða aldrei. Sjá má að hærra hlutfall kvenna en karla leið nokkuð oft eða mjög oft þannig síðastliðinn mánuð að vandamálín hrönnuðust upp og þær náðu ekki að yfirstíga þau.

Einnig má sjá að hlutfall þeirra sem leið nokkuð oft eða mjög oft þannig síðastliðinn mánuð að vandamálín hrönnuðust upp og það náði ekki að yfirstíga þau var svipað í fyrirlögnunum 2019 og 2021.

Um 11% starfsfólks í fyrirlögninni 2021 leið nokkuð oft eða mjög oft þannig síðastliðinn mánuð að vandamálín hrönnuðust upp og það náði ekki að yfirstíga þau og 42% leið þannig sjaldan eða aldrei. Hærra hlutfall kvenna en karla leið nokkuð oft eða mjög oft þannig síðastliðinn mánuð að vandamálín hrönnuðust upp og þær náðu ekki að yfirstíga þau.

STREITA EÐA EKKI STREITA

Í þessum hluta er niðurstaða fyrir spurningar úr PSS streitukvarðanum. Stig fyrir allar spurningar voru lögð saman og þannig fengið út heildarskor fyrir streitu sem þýðir því fleiri stig sem mælist því hærri mælist því hærra er streitustigið. Almennt viðmiðunargildi fyrir streitu er 13 en þegar kynin eru skoðuð er viðmiðunargildið hjá konum 13,7 stig og 12,1 hjá körlum. Streitustig starfsfólksins var reiknað og borið saman við viðmiðunargildin og flokkað í tvo flokka; (1) Haldin(n) streitu og (2) Ekki haldin(n) streitu.



Mynd 11. Haldin(n) streitu eða ekki haldin(n) streitu

Niðurstöðurnar í fyrirlögninni 2019 sýna að 49,9% starfsfólksins er haldið streitu samkvæmt PSS streitukvarðanum. Hlutfallslega fleiri konur en karlar mældust með streitu. Meðalskor fyrir streitu mældist 12,6, hærra meðal kvenna en karla eða 12,9 á móti 12,1.

Niðurstöðurnar sýna einnig að hærra hlutfall starfsfólksins var haldið streitu í fyrirlögninni 2019 en 2021 og á það einnig við um karla en ekki konur. Hlutfall kvenna hækkaði úr 47,2% í fyrirlögninni 2019 í 49,9% í fyrirlögninni 2021. Einnig má sjá að meðalskor fyrir streitu er hærra í fyrirlögninni 2021 en 2019 eða 13,8 og á það einnig við um konur ($m=14,0$) og karla ($m=12,5$).

Sjá má að í fyrirlögninni 2021 mældist um 49% starfsfólks yfir streitumiðmiðum, konur í meira mæli en karlar eða tæp 50% kvenna og um 42% karla.

SAMANTEKT

Í þessari skýrslu er fjallað um streitu samkvæmt PSS streitukvarðanum í fyrirlögnum spurningalistans árin 2019 og 2021 hjá sveitarfélaginu. Streitu var skipt upp í tvo flokka; (1) Haldinn streitu, (2) Ekki haldinn streitu.

Niðurstöðurnar sýna að 49,9% starfsfólksins er haldið streitu samkvæmt PSS streitukvarðanum í fyrirlögninni 2019 en lækkar í 48,8% í fyrirlögninni 2021. Hlutfallslega fleiri karlar en kour mældust með streitu í fyrirlögninni 2019 en snérist við í fyrirlögninni 2021 þegar hlutfallslega fleiri konur mældust yfir streitumiðviðum en karlar.

Í fyrirlögninni 2019 mældist meðalskor fyrir streitu 12,6, hjá konum var meðalskorið 12,9 og 12,1 hjá körlum. Í fyrirlögninni 2021 mældist meðalskor fyrir streitu 13,8, hjá konum var meðalskorið 14,0 og 12,5 meðal karla.