

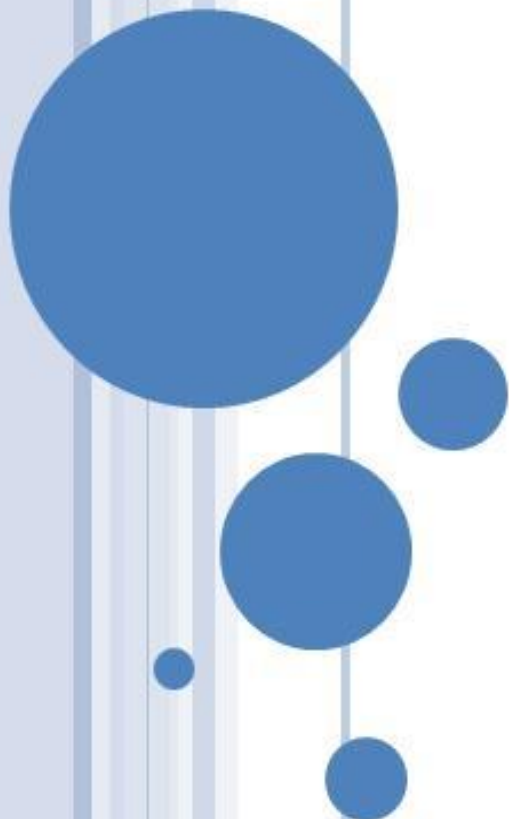
SVEITARFÉLAGIÐ SKAGAFJÖRÐUR

HEILSA, LÍÐAN OG STARFSTENGD VIÐHORF STARFSFÓLKKS ÍSLENSKRA SVEITARFÉLAGA

Fyrirlögnin 2021

Hjördís Sigursteinsdóttir

Desember 2021



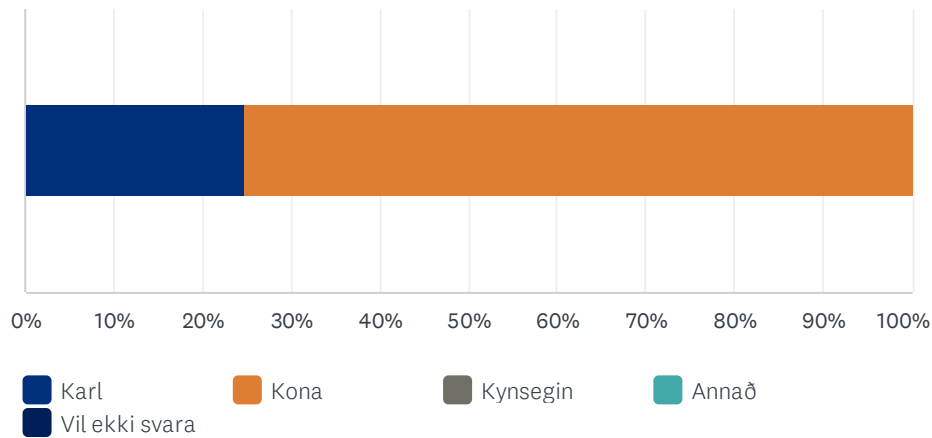
INNGANGUR

Í þessari skýrslu koma fram meginniðurstöður rannsóknar á heilsu, líðan og starfstengdum viðhorfum starfsfólks íslenskra sveitarfélaga hjá Sveitarfélaginu Skagafirði. Tilgangur og markmið með rannsókninni er að kanna heilsu og líðan starfsfólks á vinnustöðum sveitarfélaga, hvernig starfsfólkinu gengur að vinna saman og hvernig það upplifir vinnustaðinn og stjórnun hans. Rannsóknin veitir mikilvægar upplýsingar sem hægt verður að nota til að stuðla að bættu vinnuumhverfi starfsfólks, starfsfólki til heilla.

Rannsóknin var framkvæmd í maí og júní 2021. Spurningalistinn var sendur í tölvupósti til 416 starfsmanna sveitarfélagsins og eftir þrjár áminningar höfðu 264 starfsmenn svarað að öllu eða einhverju leyti spurningalistanum. Svarhlutallið er því rúm 63%.

Q1 Hvert er kyn þitt?

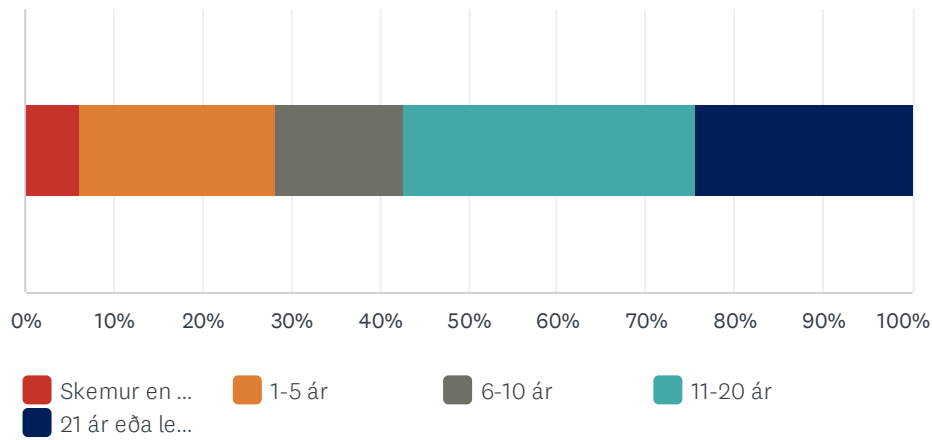
Answered: 263 Skipped: 1



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Karl	24.71%	65
Kona	75.29%	198
Kynsegin	0.00%	0
Annað	0.00%	0
Vil ekki svara	0.00%	0
TOTAL		263

Q3 Hve lengi hefur þú starfað hjá sveitarfélaginu?

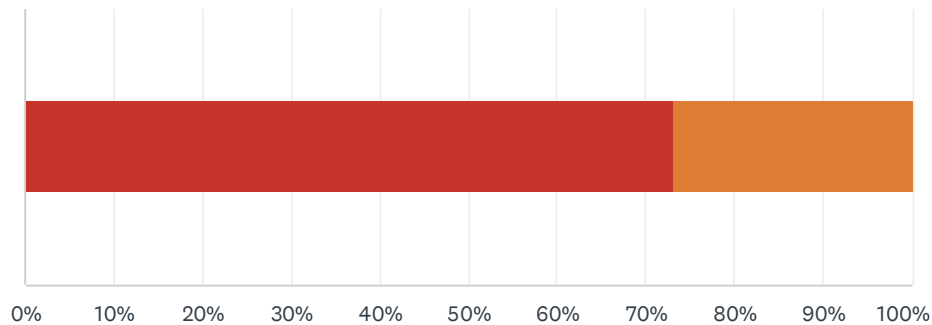
Answered: 262 Skipped: 2



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Skemur en ár	6.11%	16
1-5 ár	22.14%	58
6-10 ár	14.50%	38
11-20 ár	32.82%	86
21 ár eða lengur	24.43%	64
TOTAL		262

Q4 Hvað ertu í háu starfshlutfalli?

Answered: 258 Skipped: 6

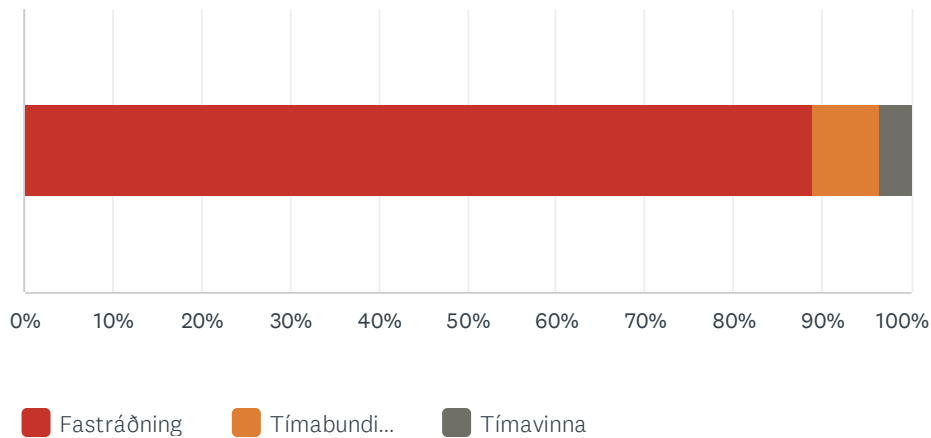


■ 100% starf... ■ 1-99% starf...

ANSWER CHOICES		RESPONSES	
100% starfshlutfalli (Fullu starfi)		73.26%	189
1-99% starfshlutfalli (Skertu starfi), vinsamlegast tilgreindu starfshlutfall		26.74%	69
TOTAL			258

Q5 Ráðningarfyrirkomulag:

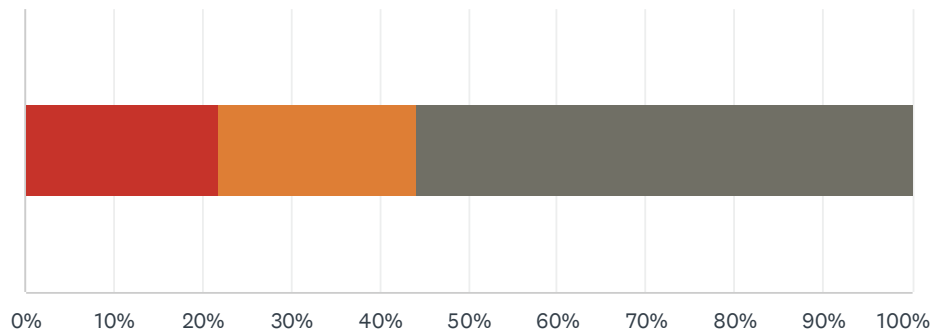
Answered: 262 Skipped: 2



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Fastráðning	88.93%	233
Tímabundin ráðning	7.63%	20
Tímavinna	3.44%	9
TOTAL		262

Q6 Starf:

Answered: 260 Skipped: 4

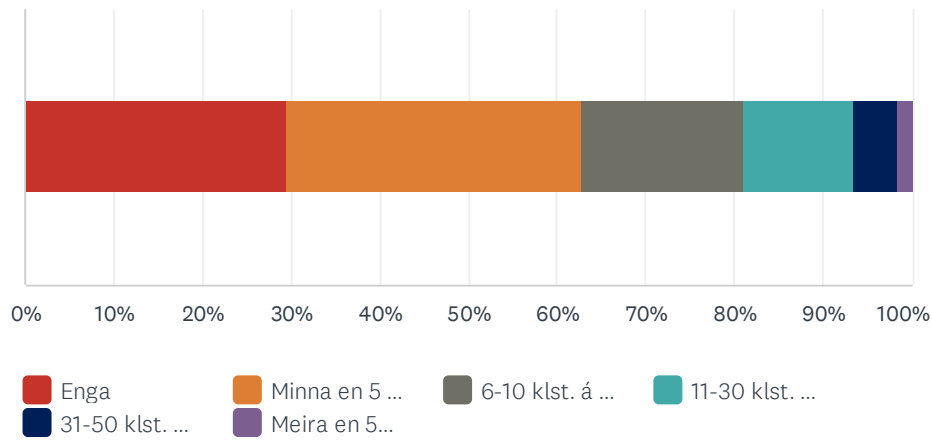


■ Stjórnunar...
 ■ Sérfræðing...
 ■ Almennt st...

ANSWER CHOICES		RESPONSES	
Stjórnunarstarf		21.92%	57
Sérfræðingsstarf		22.31%	58
Almennt starf		55.77%	145
TOTAL			260

Q7 Hvað vinnur þú að jafnaði mikla yfirvinnu á mánuði?

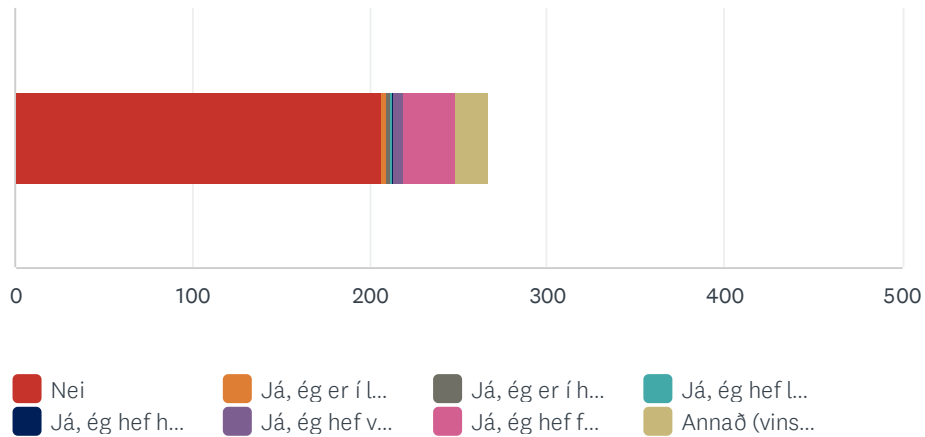
Answered: 258 Skipped: 6



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Enga	29.46%	76
Minna en 5 klst. á mánuði	33.33%	86
6-10 klst. á mánuði	18.22%	47
11-30 klst. á mánuði	12.40%	32
31-50 klst. á mánuði	5.04%	13
Meira en 50 klst. á mánuði	1.55%	4
TOTAL		258

Q8 Hefur orðið breyting á starfi þínu hjá sveitarfélaginu vegna COVID-19? Ath. merkja má við fleiri en einn svarmöguleika.

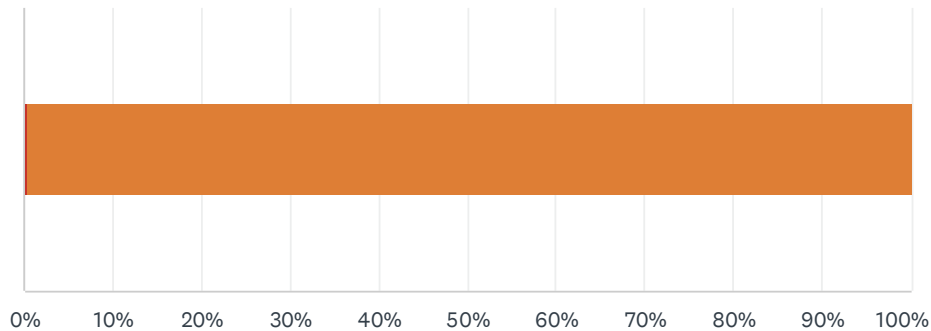
Answered: 258 Skipped: 6



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Nei	80.23%	207
Já, ég er í lægra starfshlufalli	1.16%	3
Já, ég er í hærra starfshlutfalli	0.78%	2
Já, ég hef lækkað í launum	0.39%	1
Já, ég hef hækkað í launum	0.39%	1
Já, ég hef verið færð(ur) milli deilda innan sveitarfélagsins	1.94%	5
Já, ég hef fengið önnur verkefni innan sömu deildar	11.24%	29
Annað (vinsamlegast tilgreinið)	7.36%	19
Total Respondents: 258		

Q9 Óttast þú að verða færð/ur/t til í starfi gegn vilja þínum vegna COVID-19?

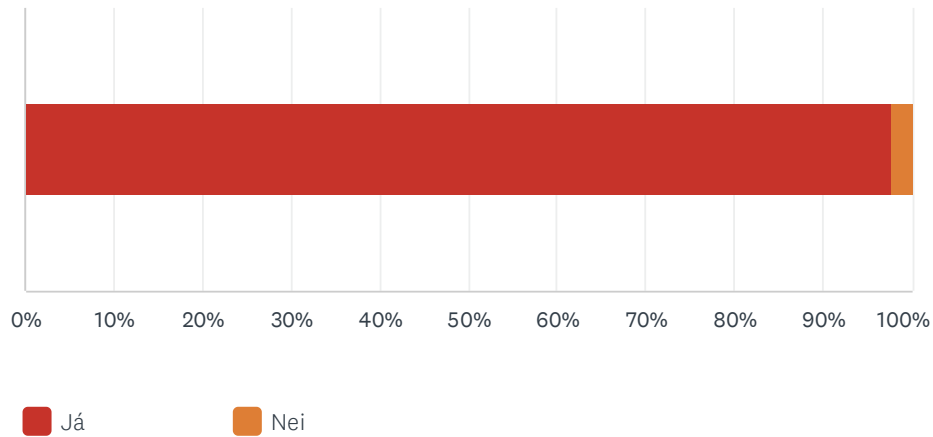
Answered: 258 Skipped: 6

☐ Já☐ Nei

ANSWER CHOICES	RESPONSES
Já	0.39% 1
Nei	99.61% 257
TOTAL	258

Q10 Telur þú að þú getir haldið starfi þínu hjá sveitarfélaginu næstu 12 mánuði?

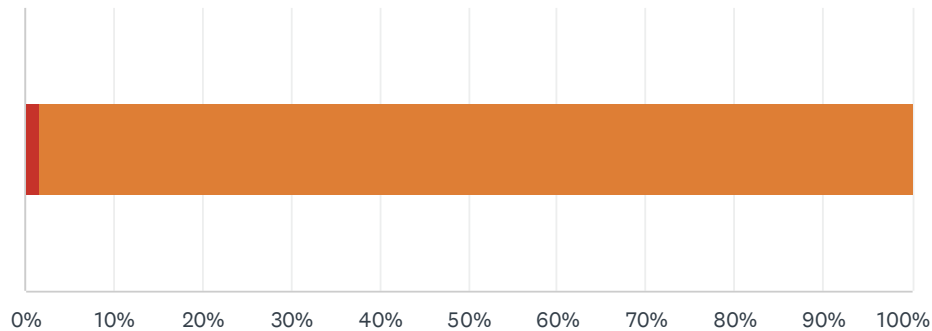
Answered: 257 Skipped: 7



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Já	97.67%	251
Nei	2.33%	6
TOTAL		257

Q11 Veist þú til þess að einhverjum hjá sveitarfélaginu hafi verið sagt upp störfum vegna COVID-19?

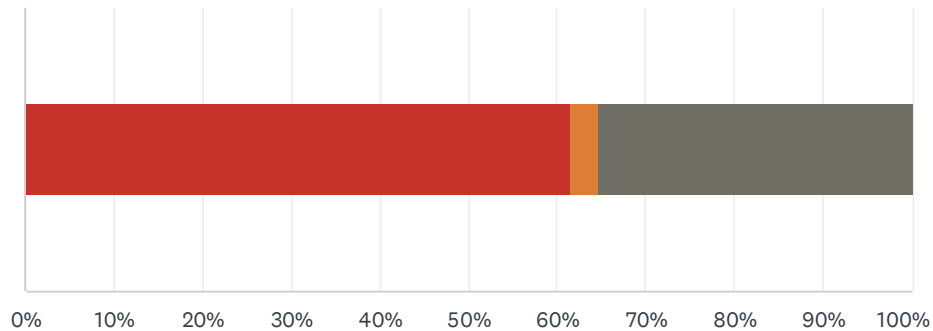
Answered: 255 Skipped: 9

☐ Já☐ Nei

ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Já	1.57%	4
Nei	98.43%	251
TOTAL		255

Q12 Hefur álag í þínu starfi aukist, minnkað eða haldist óbreytt vegna COVID-19?

Answered: 257 Skipped: 7

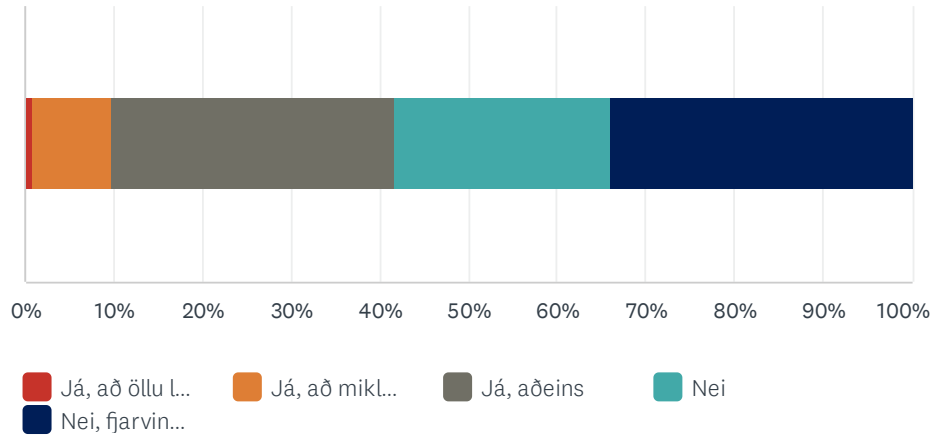


■ Aukist
 ■ Minnkað
 ■ Haldist óbr...

ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Aukist	61.48%	158
Minnkað	3.11%	8
Haldist óbreytt	35.41%	91
TOTAL		257

Q13 Hefur þú starfað í fjarvinnu á þínum vinnustað vegna COVID-19?

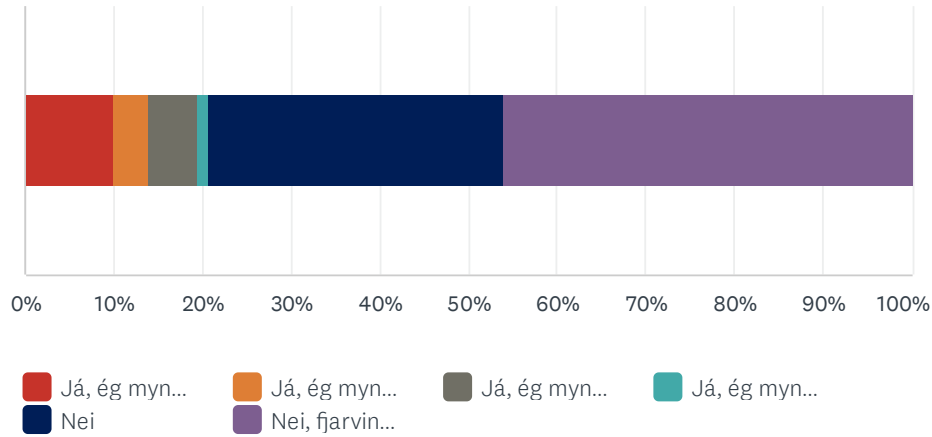
Answered: 257 Skipped: 7



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Já, að öllu leiti	0.78%	2
Já, að miklu leiti	8.95%	23
Já, aðeins	31.91%	82
Nei	24.51%	63
Nei, fjarvinna er ekki möguleg í mínu starfi	33.85%	87
TOTAL		257

Q14 Myndir þú kjósa fjarvinnu að Covidtímabilinu loknu?

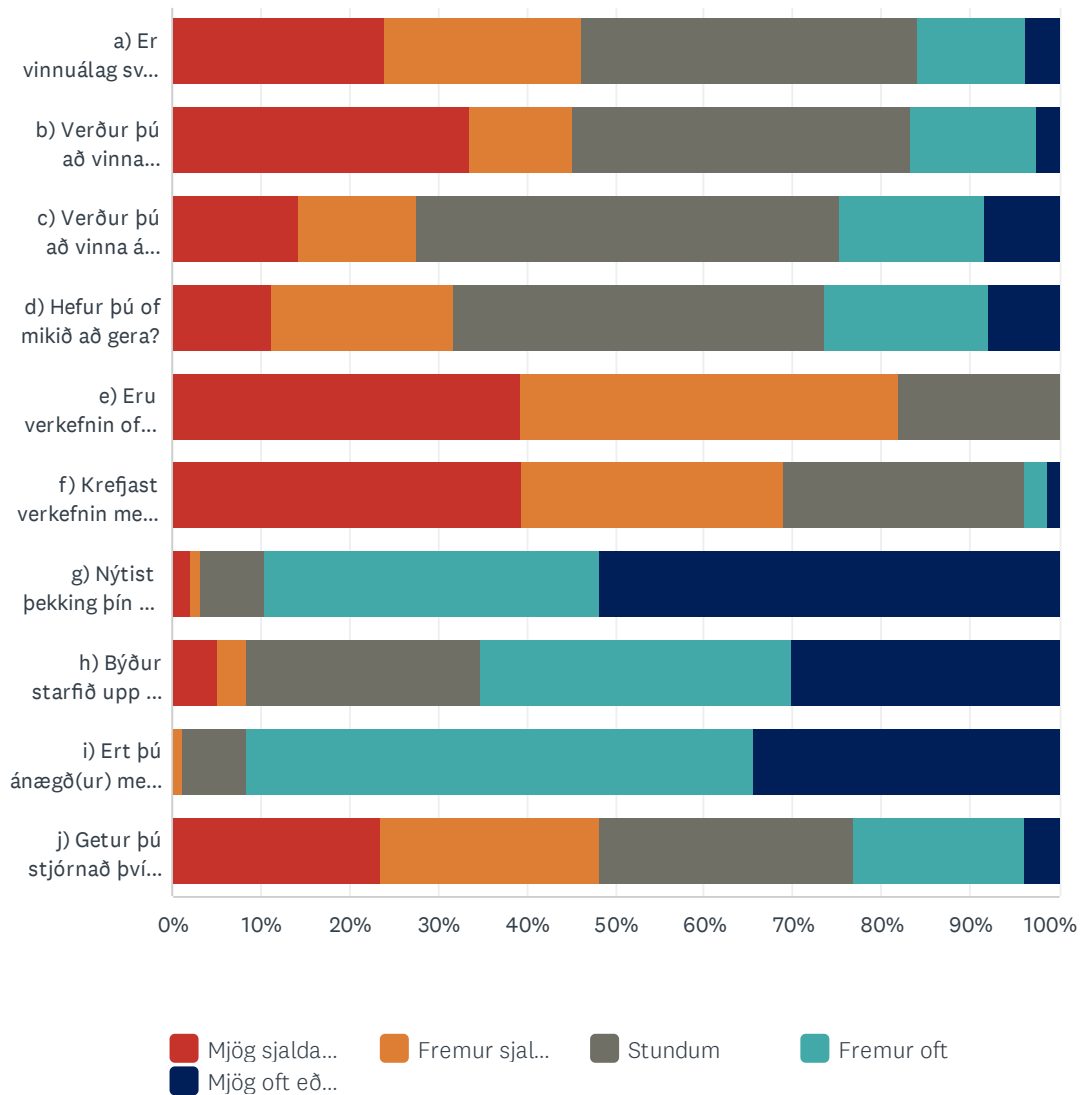
Answered: 257 Skipped: 7



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Já, ég myndi kjósa fjarvinnu um það bil einu sinni í viku	10.12%	26
Já, ég myndi kjósa fjarvinnu um það bil 2-3 sinnum í viku	3.89%	10
Já, ég myndi kjósa fjarvinnu hluta úr degi	5.45%	14
Já, ég myndi kjósa 100% fjarvinnu	1.17%	3
Nei	33.46%	86
Nei, fjarvinna er ekki möguleg í mínu starfi	45.91%	118
TOTAL		257

Q15 Starfskröfur: Hér koma spurningar varðandi starfskröfur. Vinsamlegast merktu í einn reit í hverjum lið.

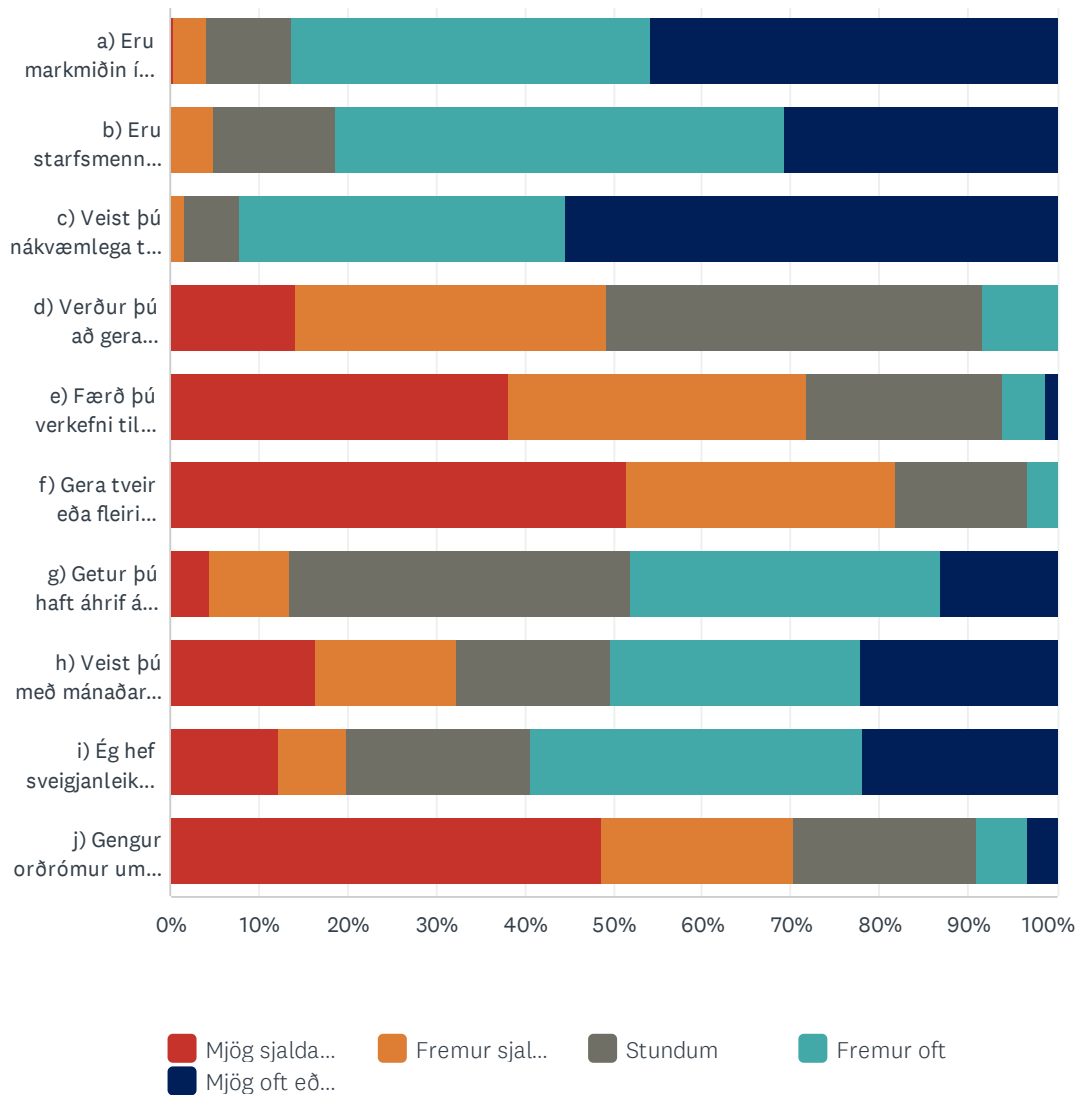
Answered: 252 Skipped: 12



	MJÖG SJALDAN EÐA ALDREI	FREMUR SJALDAN	STUNDUM	FREMUR OFT	MJÖG OFT EÐA ALLTAF	TOTAL
a) Er vinnuálag svo ójafnt að verkefnin hlaðist upp?	23.90% 60	22.31% 56	37.85% 95	12.35% 31	3.59% 9	251
b) Verður þú að vinna aukavinnu?	33.60% 84	11.60% 29	38.00% 95	14.40% 36	2.40% 6	250
c) Verður þú að vinna á miklum hraða?	14.40% 36	13.20% 33	47.60% 119	16.40% 41	8.40% 21	250
d) Hefur þú of mikið að gera?	11.20% 28	20.40% 51	42.00% 105	18.40% 46	8.00% 20	250
e) Eru verkefnin of erfið fyrir þig?	39.36% 98	42.57% 106	18.07% 45	0.00% 0	0.00% 0	249
f) Krefjast verkefnin meiri þekkingar en þú hefur?	39.44% 99	29.48% 74	27.09% 68	2.79% 7	1.20% 3	251
g) Nýtist þekking þín og hæfni í núverandi starfi?	1.99% 5	1.20% 3	7.17% 18	37.85% 95	51.79% 130	251
h) Býður starfið upp á skemmtilega krefjandi verkefni?	5.20% 13	3.20% 8	26.40% 66	35.20% 88	30.00% 75	250
i) Ert þú ánægð(ur) með getu þína til að leysa vandamál í vinnunni?	0.00% 0	1.20% 3	7.20% 18	57.20% 143	34.40% 86	250
j) Getur þú stjórnað því hvað þú hefur mikið að gera?	23.51% 59	24.70% 62	28.69% 72	19.12% 48	3.98% 10	251

Q16 Hlutverk og væntingar: Hér koma nokkrar spurningar varðandi hlutverk og væntingar. Vinsamlegast merktu í einn reit í hverjum lið.

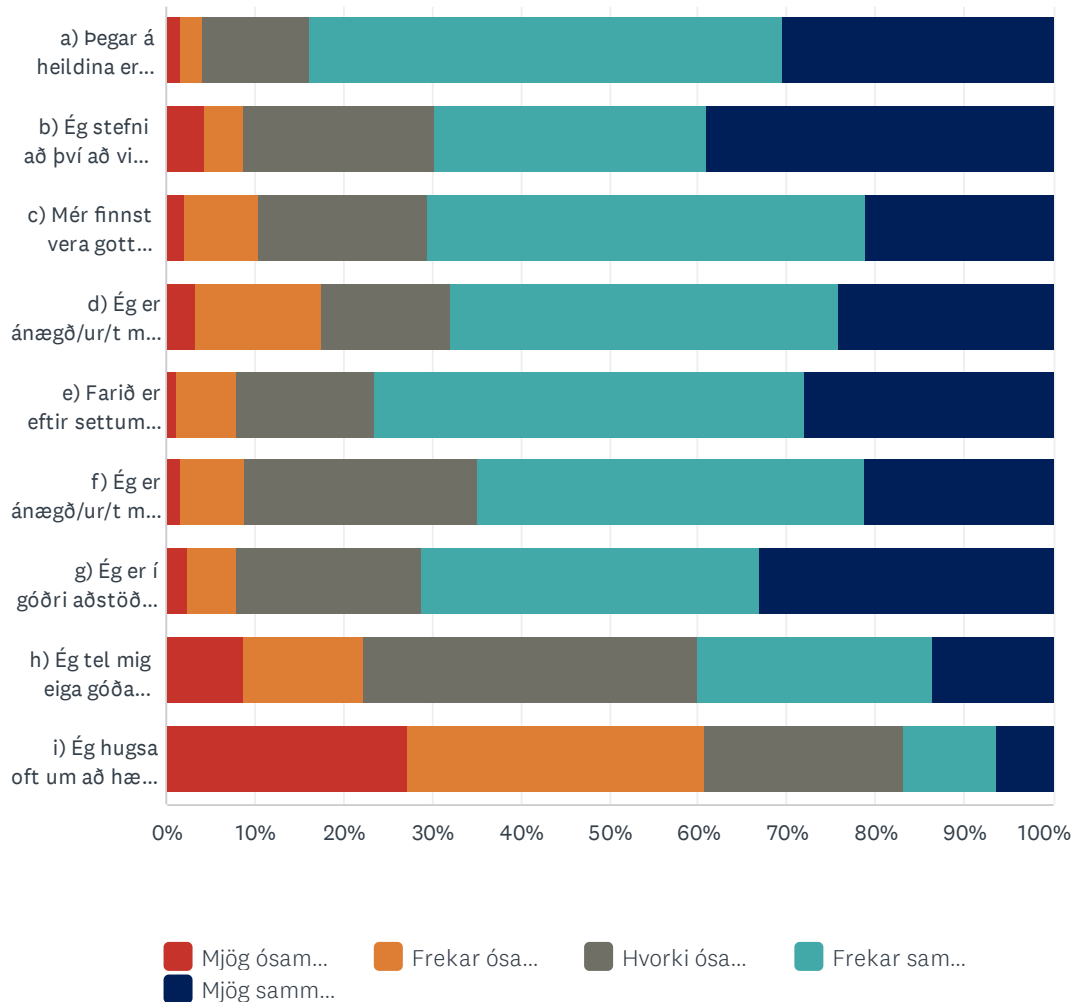
Answered: 243 Skipped: 21



	MJÖG SJALDAN EÐA ALDREI	FREMUR SJALDAN	STUNDUM	FREMUR OFT	MJÖG OFT EÐA ALLTAF	TOTAL
a) Eru markmiðin í starfi þínu skýr?	0.41% 1	3.72% 9	9.50% 23	40.50% 98	45.87% 111	242
b) Eru starfsmenn upplýstir um stefnur og starfsáætlun vinnustaðarins?	0.00% 0	4.96% 12	13.64% 33	50.83% 123	30.58% 74	242
c) Veist þú nákvæmlega til hvers er ætlast af þér í vinnunni?	0.00% 0	1.65% 4	6.20% 15	36.78% 89	55.37% 134	242
d) Verður þú að gera eitthvað sem þér finnst að ætti að gera öðruvísi?	14.11% 34	35.27% 85	42.32% 102	8.30% 20	0.00% 0	241
e) Færð þú verkefni til að leysa án þess að hafa nauðsynleg bjargráð til þess?	38.17% 92	33.61% 81	21.99% 53	4.98% 12	1.24% 3	241
f) Gera tveir eða fleiri ósamræmanlegar kröfur til þín?	51.45% 124	30.29% 73	14.94% 36	3.32% 8	0.00% 0	241
g) Getur þú haft áhrif á ákvarðanir sem eru mikilvægar fyrir starf þitt?	4.53% 11	9.05% 22	38.27% 93	34.98% 85	13.17% 32	243
h) Veist þú með mánaðar fyrirvara hvers konar verkefni bíða þín?	16.32% 39	15.90% 38	17.57% 42	28.03% 67	22.18% 53	239
i) Ég hef sveigjanleika til að samræma vinnu og einkalíf	12.18% 29	7.56% 18	21.01% 50	37.39% 89	21.85% 52	238
j) Gengur orðrómur um einhverjar breytingar á vinnustaðnum	48.76% 118	21.49% 52	20.66% 50	5.79% 14	3.31% 8	242

Q17 Hversu sammála eða ósammála ert þú eftirfarandi fullyrðingum varðandi hlutverk og væntingar? Vinsamlegast merktu við einn reit fyrir hverja fullyrðingu.

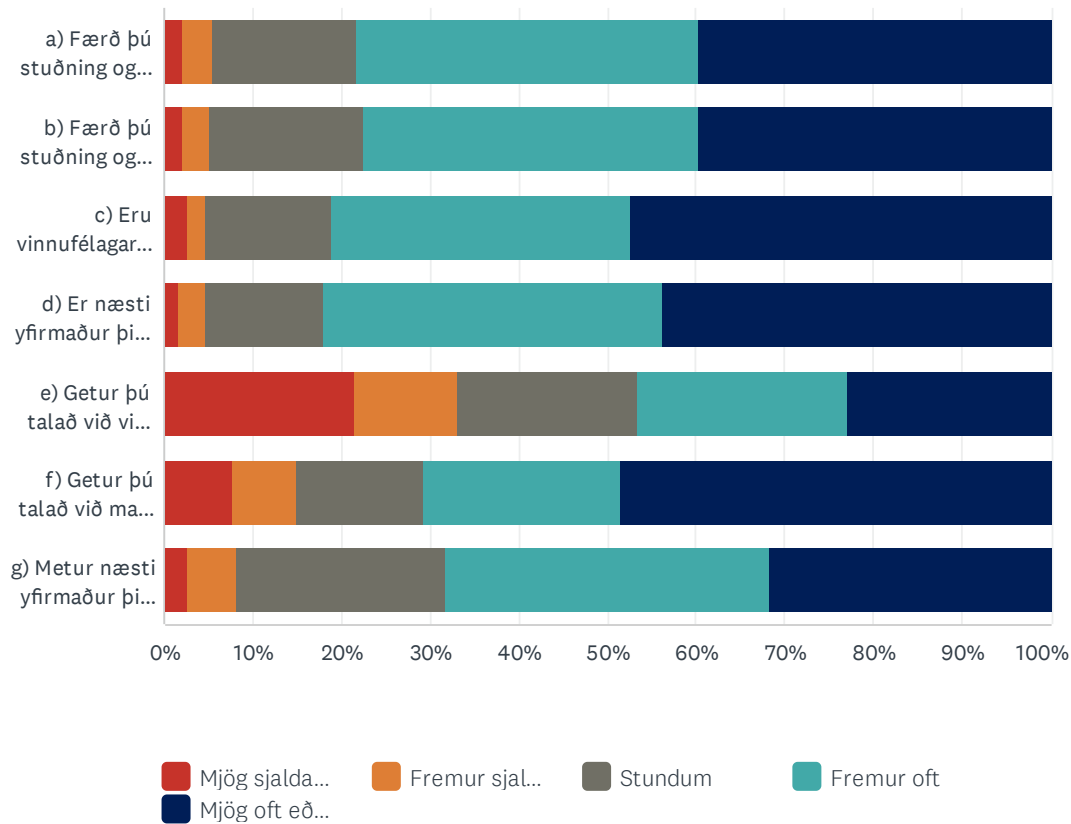
Answered: 240 Skipped: 24



	MJÖG ÓSAMMÁLA	FREKAR ÓSAMMÁLA	HVORKI ÓSAMMÁLA NÉ SAMMÁLA	FREKAR SAMMÁLA	MJÖG SAMMÁLA	TOTAL
a) Þegar á heildina er litið er ég ánægð/ur/t í starfi mínu	1.67% 4	2.50% 6	12.08% 29	53.33% 128	30.42% 73	240
b) Ég stefni að því að vinna á þessum vinnustað a.m.k. næstu árin	4.20% 10	4.62% 11	21.43% 51	30.67% 73	39.08% 93	238
c) Mér finnst vera gott jafnvægi hjá mér milli vinnu og einkalífs	2.10% 5	8.40% 20	18.91% 45	49.58% 118	21.01% 50	238
d) Ég er ánægð/ur/t með núverandi vinnuaðstöðu mína	3.33% 8	14.17% 34	14.58% 35	43.75% 105	24.17% 58	240
e) Farið er eftir settum reglum um verklag, vinnuvernd og öryggismál á mínu vinnusvæði	1.26% 3	6.69% 16	15.48% 37	48.54% 116	28.03% 67	239
f) Ég er ánægð/ur/t með það hvernig ég var sett(ur) inn í núverandi starf	1.67% 4	7.11% 17	26.36% 63	43.51% 104	21.34% 51	239
g) Ég er í góðri aðstöðu til þess að þroskast í starfi	2.51% 6	5.44% 13	20.92% 50	38.08% 91	33.05% 79	239
h) Ég tel mig eiga góða möguleika á starfsframa á vinnustaðnum	8.86% 21	13.50% 32	37.55% 89	26.58% 63	13.50% 32	237
i) Ég hugsa oft um að hætta í núverandi starfi	27.20% 65	33.47% 80	22.59% 54	10.46% 25	6.28% 15	239

Q18 Félagsleg samskipti: Hér koma nokkrar spurningar um félagsleg samskipti. Vinsamlegast merktu við einn reit í hverjum lið.

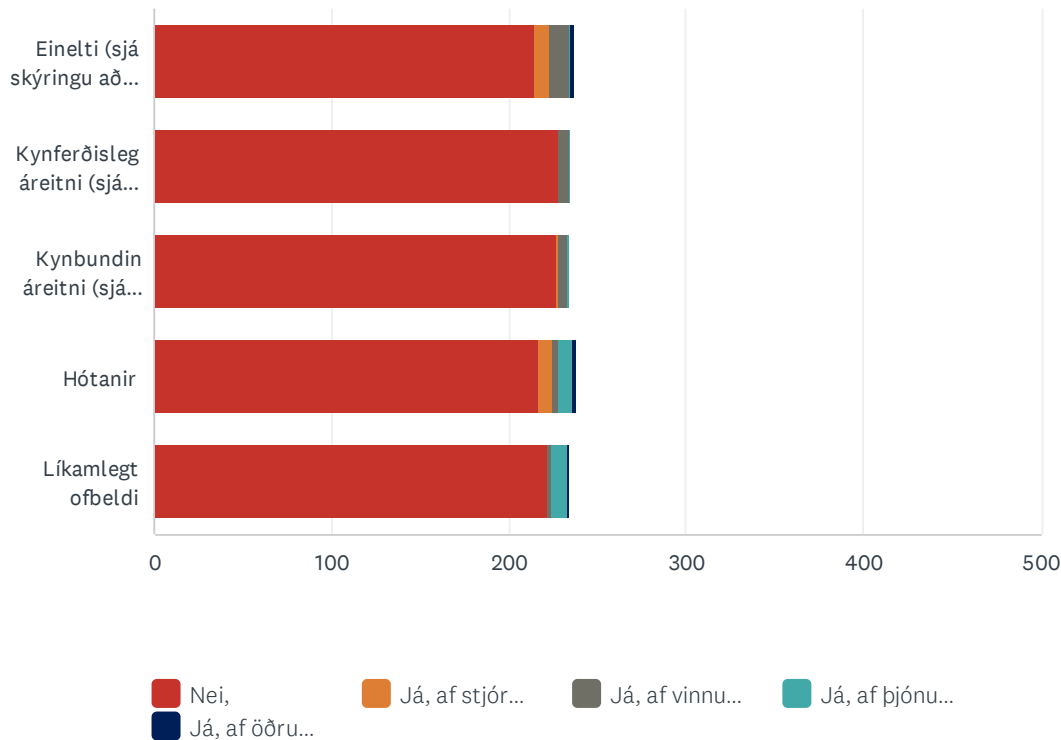
Answered: 236 Skipped: 28



	MJÖG SJALDAN EÐA ALDREI	FREMUR SJALDAN	STUNDUM	FREMUR OFT	MJÖG OFT EÐA ALLTAF	TOTAL
a) Færð þú stuðning og hjálp með verkefni hjá vinnufélögum þínum, ef á þarf að halda?	2.13% 5	3.40% 8	16.17% 38	38.72% 91	39.57% 93	235
b) Færð þú stuðning og hjálp með verkefni hjá næsta yfirmanni þínum, ef á þarf að halda?	2.13% 5	2.98% 7	17.45% 41	37.87% 89	39.57% 93	235
c) Eru vinnufélagarnir fúsir til að hlusta á vandamál sem við er að glíma í vinnunni, ef á þarf að halda?	2.56% 6	2.14% 5	14.10% 33	33.76% 79	47.44% 111	234
d) Er næsti yfirmaður þinn fús til að hlusta á vandamál sem við er að glíma í vinnunni, ef á þarf að halda?	1.72% 4	3.00% 7	13.30% 31	38.20% 89	43.78% 102	233
e) Getur þú talað við vini þína um vandamál í vinnunni, ef á þarf að halda?	21.55% 50	11.64% 27	20.26% 47	23.71% 55	22.84% 53	232
f) Getur þú talað við maka þinn eða einhvern annan nákominn um vandamál, ef á þarf að halda?	7.73% 18	7.30% 17	14.16% 33	22.32% 52	48.50% 113	233
g) Metur næsti yfirmaður þinn það við þig ef þú nærð árangri í starfi?	2.58% 6	5.58% 13	23.61% 55	36.48% 85	31.76% 74	233

Q19 Hefur þú orðið fyrir einelti, kynferðislegri áreitni, kynbundinni áreitni, hótunum eða ofbeldi á núverandi vinnustað á síðastliðnum tveimur árum? Athugið að merkja má í fleira en eitt box.

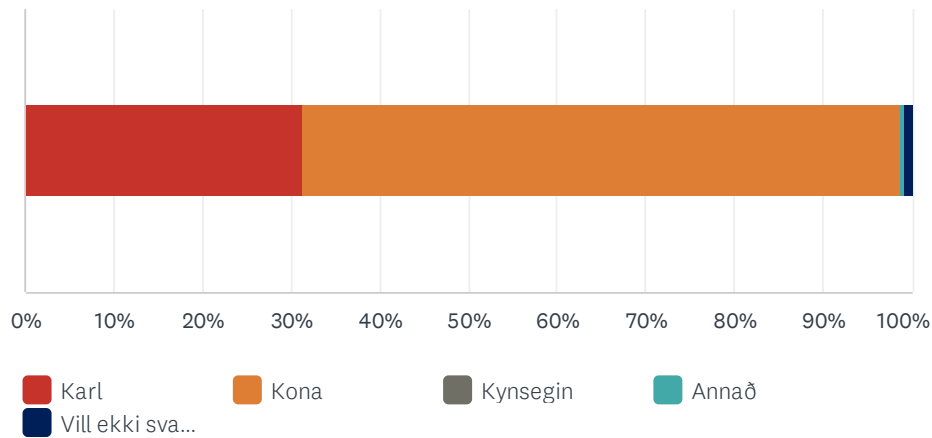
Answered: 235 Skipped: 29



	NEI,	JÁ, AF STJÓRNAND/YFIRMANNI	JÁ, AF VINNUFÉLAGA	JÁ, AF ÞJÓNUSTUÞEGA/ÍBÚA/ADSTANDANDA	JÁ, AF ÖÐRUM AÐILA	TOTAL RESPONDENTS
Einelti (sjá skýringu að ofan)	91.49% 215	3.40% 8	4.68% 11	0.43% 1	0.85% 2	235
Kynferðisleg áreitni (sjá skýringu að ofan)	97.02% 228	0.00% 0	2.55% 6	0.43% 1	0.00% 0	235
Kynbundin áreitni (sjá skýringu að ofan)	97.01% 227	0.43% 1	2.14% 5	0.43% 1	0.00% 0	234
Hótanir	92.34% 217	3.40% 8	1.28% 3	3.40% 8	0.85% 2	235
Líkamlegt ofbeldi	94.87% 222	0.00% 0	0.85% 2	3.85% 9	0.43% 1	234

Q20 Hvert er kyn næsta yfirmanns þíns?

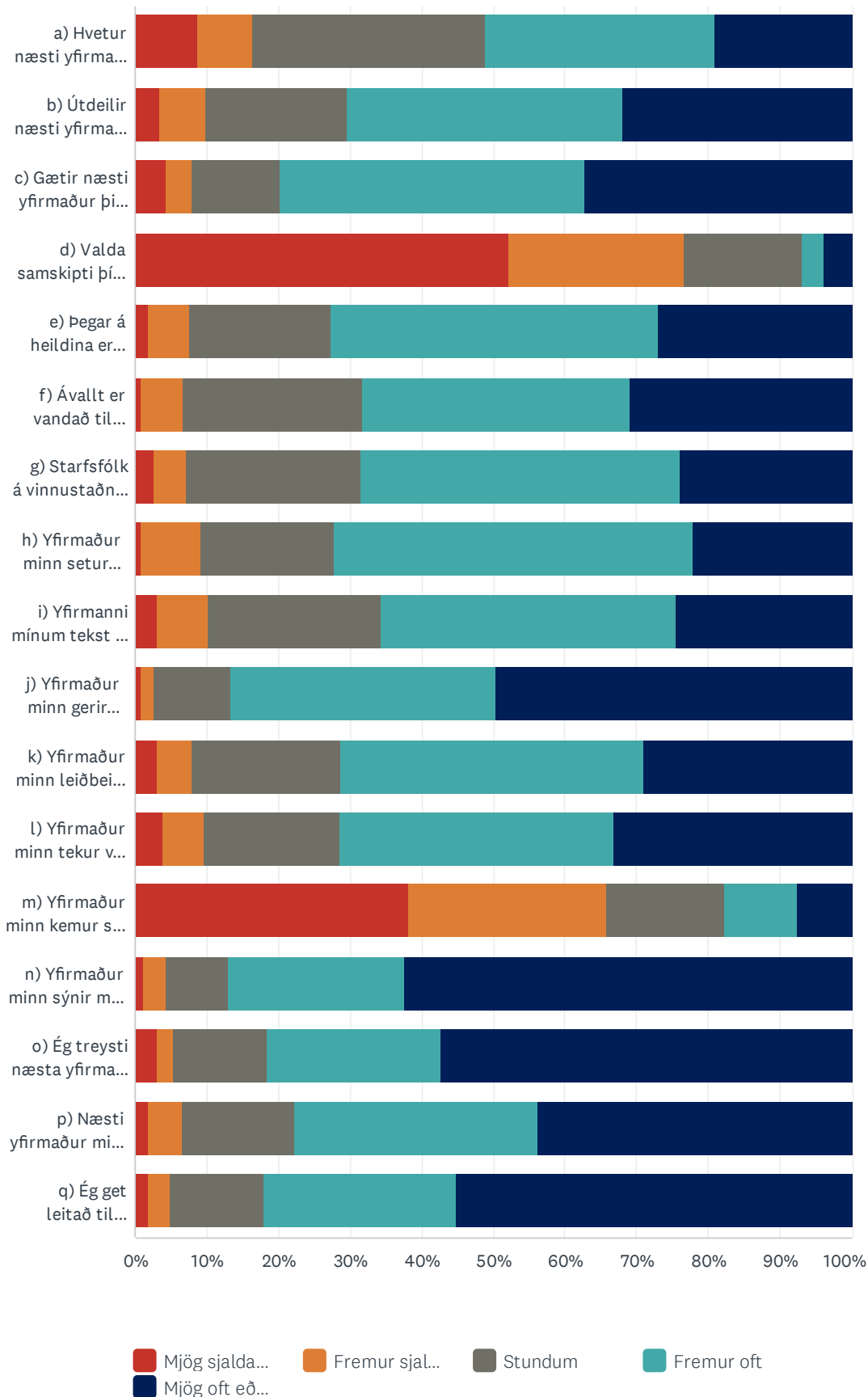
Answered: 227 Skipped: 37



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Karl	31.28%	71
Kona	67.40%	153
Kynsegin	0.00%	0
Annað	0.44%	1
Vill ekki svara	0.88%	2
TOTAL		227

Q21 Stjórnun vinnustaðarins. Hér koma spurningar um næsta yfirmann þinn. Vinsamlegast merktu í einn reit í hverjum lið.

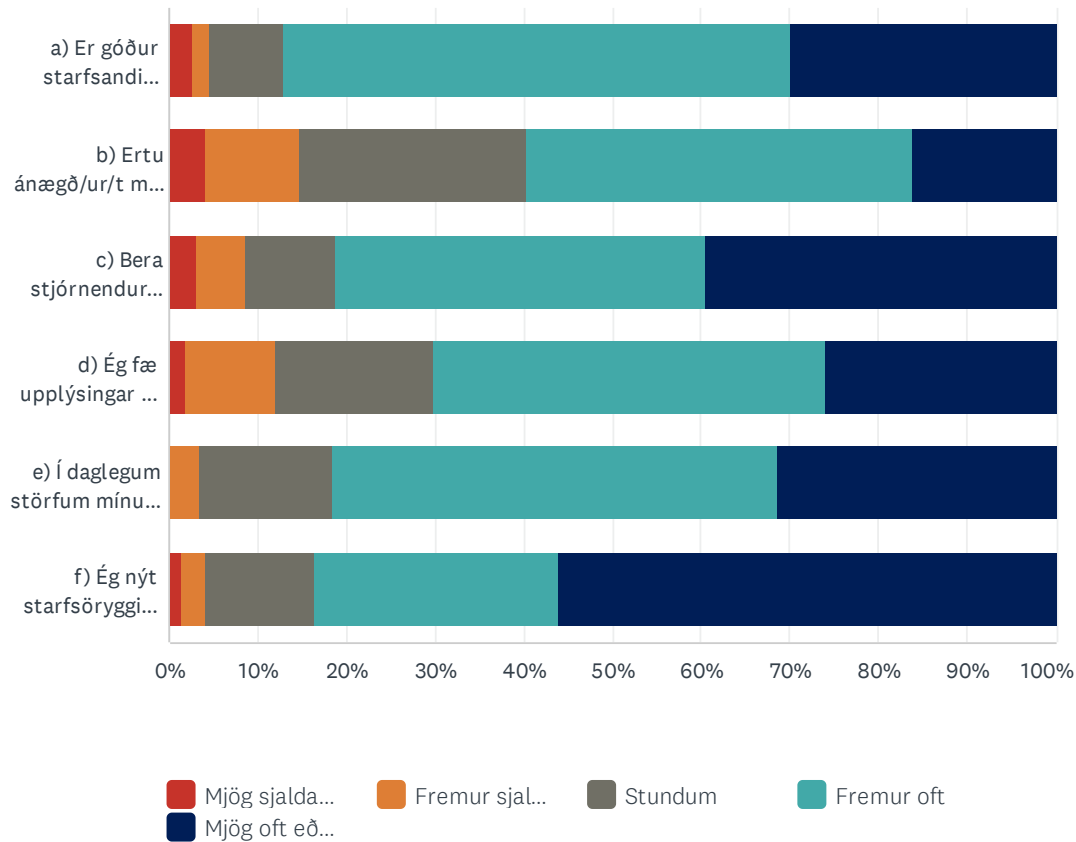
Answered: 229 Skipped: 35



	MJÖG SJALDAN EÐA ALDREI	FREMUR SJALDAN	STUNDUM	FREMUR OFT	MJÖG OFT EÐA ALLTAF	TOTAL
a) Hvetur næsti yfirmaður þinn þig til að taka þátt í mikilvægum ákvörðunum?	8.81% 20	7.49% 17	32.60% 74	32.16% 73	18.94% 43	227
b) Útdeilir næsti yfirmaður þinn verkefnum á hlutlægan og réttlátan hátt?	3.54% 8	6.19% 14	19.91% 45	38.50% 87	31.86% 72	226
c) Gætir næsti yfirmaður þinn réttlætis og jafnræðis í framkomu sinni við starfsmenn?	4.39% 10	3.51% 8	12.28% 28	42.54% 97	37.28% 85	228
d) Valda samskipti þín við næsta yfirmann þinn þér streitu?	52.19% 119	24.56% 56	16.23% 37	3.07% 7	3.95% 9	228
e) Þegar á heildina er litið er ég ánægð(ur) með stjórnun vinnustaðarins	1.77% 4	5.75% 13	19.91% 45	45.58% 103	26.99% 61	226
f) Ávallt er vandað til ráðningar á vinnustaðnum	0.89% 2	5.80% 13	25.00% 56	37.50% 84	30.80% 69	224
g) Starfsfólk á vinnustaðnum er tilbúið að breyta vinnuaðferðum sínum til þess að mæta þörfum vinnustaðarins	2.65% 6	4.42% 10	24.34% 55	44.69% 101	23.89% 54	226
h) Yfirmaður minn setur vinnustaðnum skýr markmið	0.88% 2	8.41% 19	18.58% 42	50.00% 113	22.12% 50	226
i) Yfirmanni mínum tekst vel að leysa þau starfsmannavandamál sem koma upp á vinnustaðnum	3.13% 7	7.14% 16	24.11% 54	41.07% 92	24.55% 55	224
j) Yfirmaður minn gerir kröfur um vönduð vinnubrögð	0.88% 2	1.76% 4	10.57% 24	37.00% 84	49.78% 113	227
k) Yfirmaður minn leiðbeinir og gagnrýnir á uppbyggilegan hátt	3.08% 7	4.85% 11	20.70% 47	42.29% 96	29.07% 66	227
l) Yfirmaður minn tekur vel í ábendingar um það sem betur má fara	3.96% 9	5.73% 13	18.94% 43	38.33% 87	33.04% 75	227
m) Yfirmaður minn kemur sér gjarnan hjá því að taka erfiðar ákvarðanir	38.22% 86	27.56% 62	16.44% 37	10.22% 23	7.56% 17	225
n) Yfirmaður minn sýnir mér skilning þegar ég þarf að sinna fjölskyldu og einkamálum	1.32% 3	3.07% 7	8.77% 20	24.56% 56	62.28% 142	228
o) Ég treysti næsta yfirmanni mínum	3.08% 7	2.20% 5	13.22% 30	24.23% 55	57.27% 130	227
p) Næsti yfirmaður minn fer á undan með góðu fordæmi	1.75% 4	4.82% 11	15.79% 36	33.77% 77	43.86% 100	228
q) Ég get leitað til næsta yfirmanns míns	1.75% 4	3.07% 7	13.16% 30	26.75% 61	55.26% 126	228

Q22 Fyrirtækis-/stofnanabragur. Hér koma spurningar varðandi fyrirtækis eða stofnanabrag. Vinsamlegast merktu í einn reit í hverjum lið.

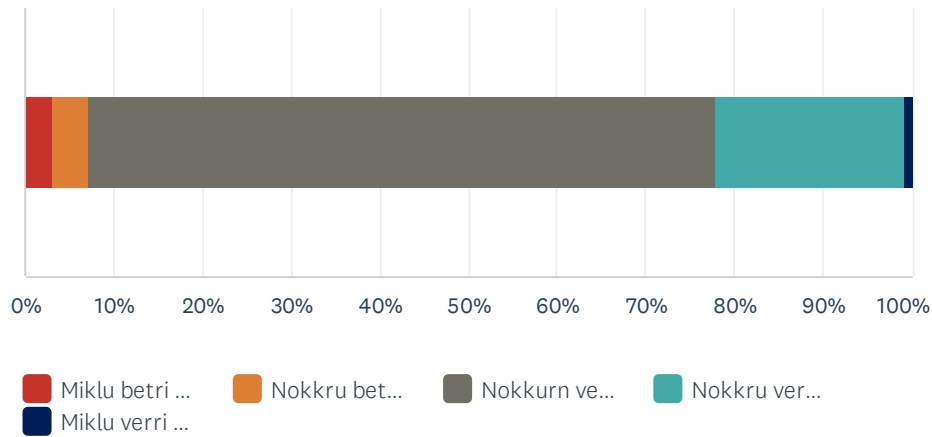
Answered: 224 Skipped: 40



	MJÖG SJALDAN EÐA ALDREI	FREMUR SJALDAN	STUNDUM	FREMUR OFT	MJÖG OFT EÐA ALLTAF	TOTAL
a) Er góður starfsandi ríkjandi á vinnustaðnum?	2.68% 6	1.79% 4	8.48% 19	57.14% 128	29.91% 67	224
b) Ertu ánægð/ur/t með upplýsingaflæðið á vinnustaðnum?	4.04% 9	10.76% 24	25.56% 57	43.50% 97	16.14% 36	223
c) Bera stjórnendur umhyggju fyrir heilsu og líðan starfsmanna?	3.14% 7	5.38% 12	10.31% 23	41.70% 93	39.46% 88	223
d) Ég fæ upplýsingar um mikilvæga atburði og breytingar á mínum vinnustað	1.79% 4	10.27% 23	17.86% 40	44.20% 99	25.89% 58	224
e) Í daglegum störfum mínum fæ ég nægar upplýsingar til að sinna starfi mínu vel	0.00% 0	3.57% 8	14.73% 33	50.45% 113	31.25% 70	224
f) Ég nýt starfsöryggis hjá sveitarfélaginu	1.36% 3	2.71% 6	12.22% 27	27.60% 61	56.11% 124	221

Q23 Hvernig metur þú líkamlega heilsu þína nú, miðað við hvernig hún var fyrir COVID-19?

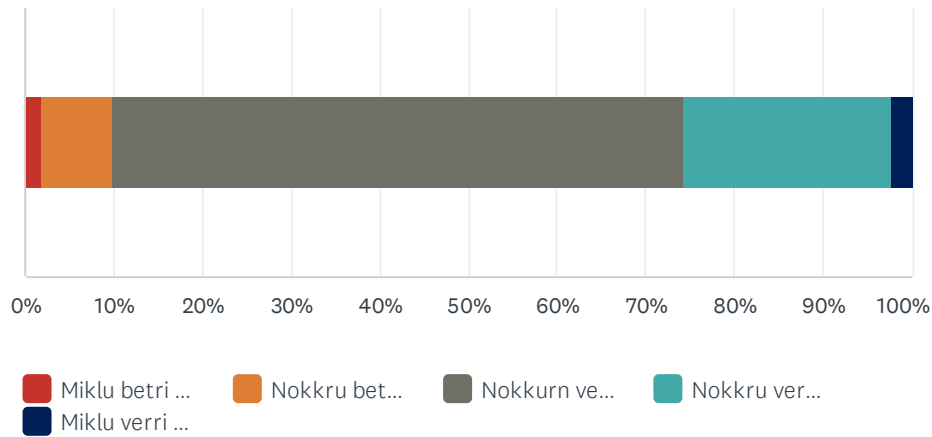
Answered: 226 Skipped: 38



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Miklu betri nú en fyrir COVID-19	3.10%	7
Nokkru betri nú en fyrir COVID-19	3.98%	9
Nokkurn veginn eins og fyrir COVID-19	70.80%	160
Nokkru verri nú en fyrir COVID-19	21.24%	48
Miklu verri nú en fyrir COVID-19	0.88%	2
TOTAL		226

Q24 Hvernig metur þú andlega heilsu þína nú, miðað við hvernig hún var fyrir COVID-19?

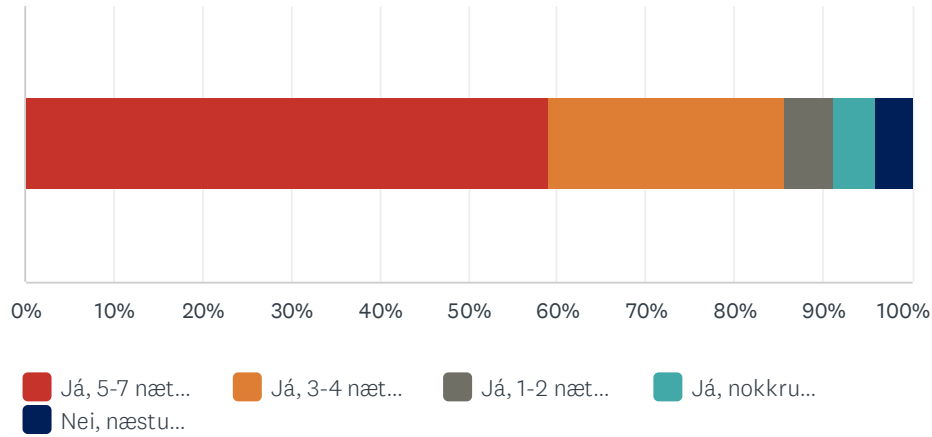
Answered: 225 Skipped: 39



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Miklu betri nú en fyrir COVID-19	1.78%	4
Nokkru betri nú en fyrir COVID-19	8.00%	18
Nokkurn veginn eins og fyrir COVID-19	64.44%	145
Nokkru verri nú en fyrir COVID-19	23.56%	53
Miklu verri nú en fyrir COVID-19	2.22%	5
TOTAL		225

Q25 Færðu nægan nætursvefn?

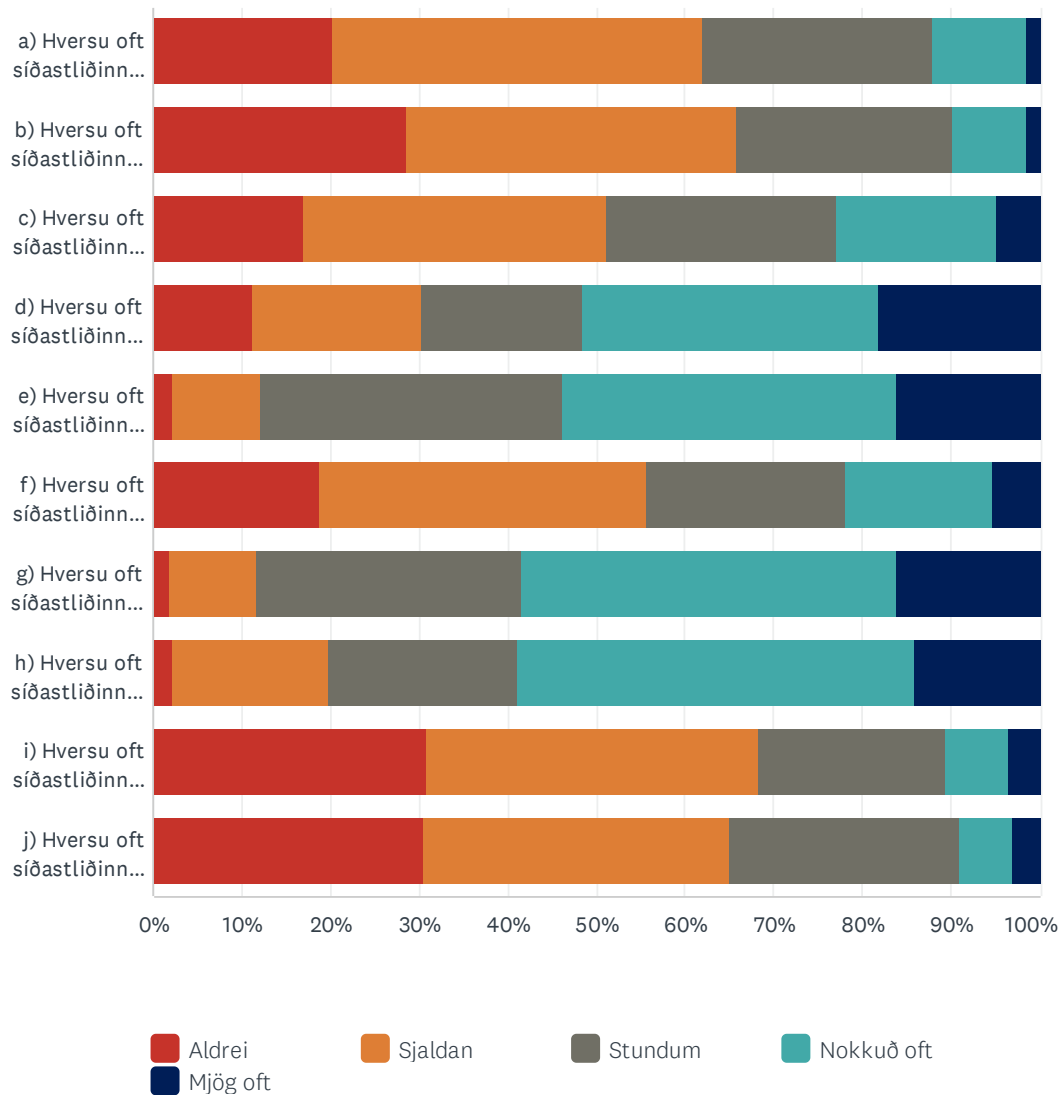
Answered: 225 Skipped: 39



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Já, 5-7 nætur vikunnar	59.11%	133
Já, 3-4 nætur vikunnar	26.67%	60
Já, 1-2 nætur vikunnar	5.33%	12
Já, nokkrum sinnum í mánuði	4.89%	11
Nei, næstum aldrei	4.00%	9
TOTAL		225

Q26 Spurningar um hugsanir og líðan síðastliðinn mánuð. Vinsamlegast merkið við einn reit í hverjum lið

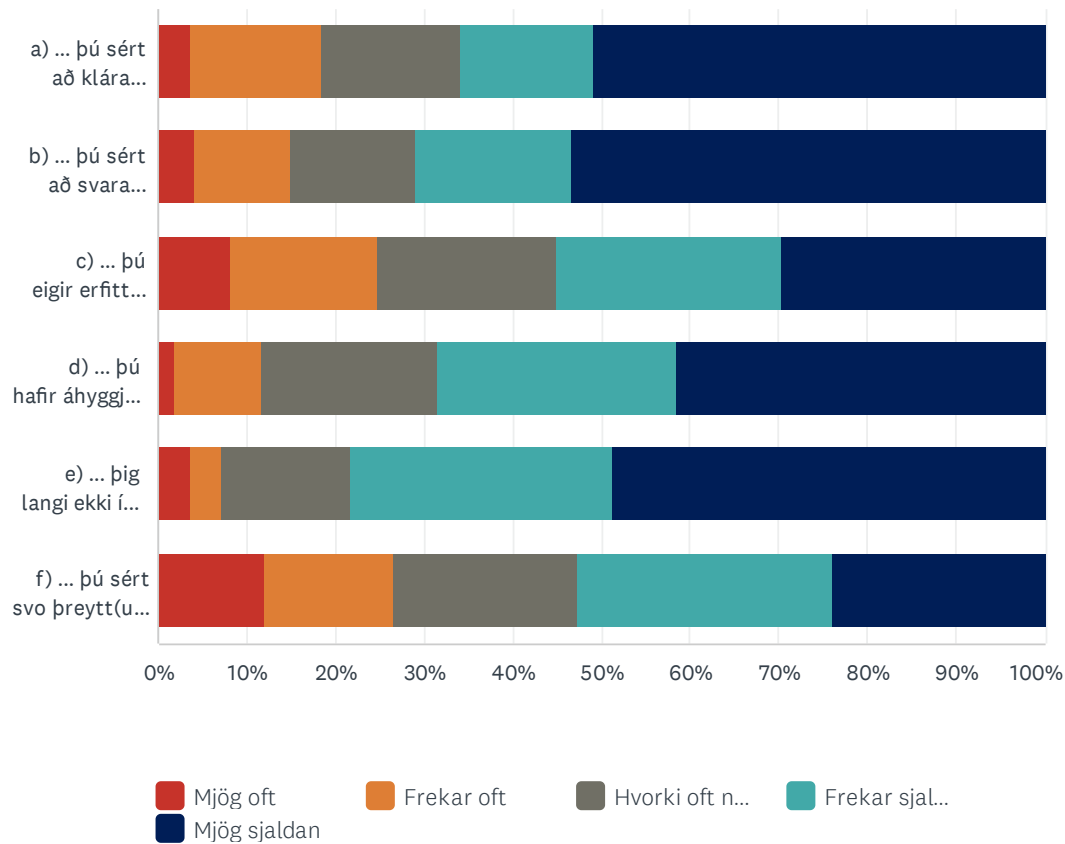
Answered: 224 Skipped: 40



	ALDREI	SJALDAN	STUNDUM	NOKKUR OFT	MJÖG OFT	TOTAL
a) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú komist í uppnám yfir einhverju sem gerðist óvænt?	20.18% 45	41.70% 93	26.01% 58	10.76% 24	1.35% 3	223
b) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og þú værir ekki fær um að stjórna mikilvægum hlutum í lífi þínu?	28.70% 64	37.22% 83	24.22% 54	8.52% 19	1.35% 3	223
c) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú fundið fyrir óöryggi og stressi?	17.04% 38	34.08% 76	26.01% 58	17.94% 40	4.93% 11	223
d) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið örugg(ur) um eigin hæfni til að takast á við persónuleg vandamál?	11.31% 25	19.00% 42	18.10% 40	33.48% 74	18.10% 40	221
e) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið eins og hlutirnir væru þér í hag?	2.24% 5	9.87% 22	34.08% 76	37.67% 84	16.14% 36	223
f) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér fundist þú ekki ráða við allt sem þú þarft að gera?	18.83% 42	36.77% 82	22.42% 50	16.59% 37	5.38% 12	223
g) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú haft stjórn á þeim aðstæðum sem hafa pirrað þig?	1.79% 4	9.82% 22	29.91% 67	42.41% 95	16.07% 36	224
h) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið þannig að þú sért með allt á hreinu?	2.26% 5	17.65% 39	21.27% 47	44.80% 99	14.03% 31	221
i) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þú verið reið(ur) vegna atvika/hluta sem þú hafðir ekki stjórn á?	30.80% 69	37.50% 84	20.98% 47	7.14% 16	3.57% 8	224
j) Hversu oft síðastliðinn mánuð hefur þér liðið sem vandamál hrannist upp og nú náir ekki að yfirstíga þau?	30.49% 68	34.53% 77	26.01% 58	5.83% 13	3.14% 7	223

Q27 Eftir að vinnudegi lýkur, kemur það oft eða sjaldan fyrir að...

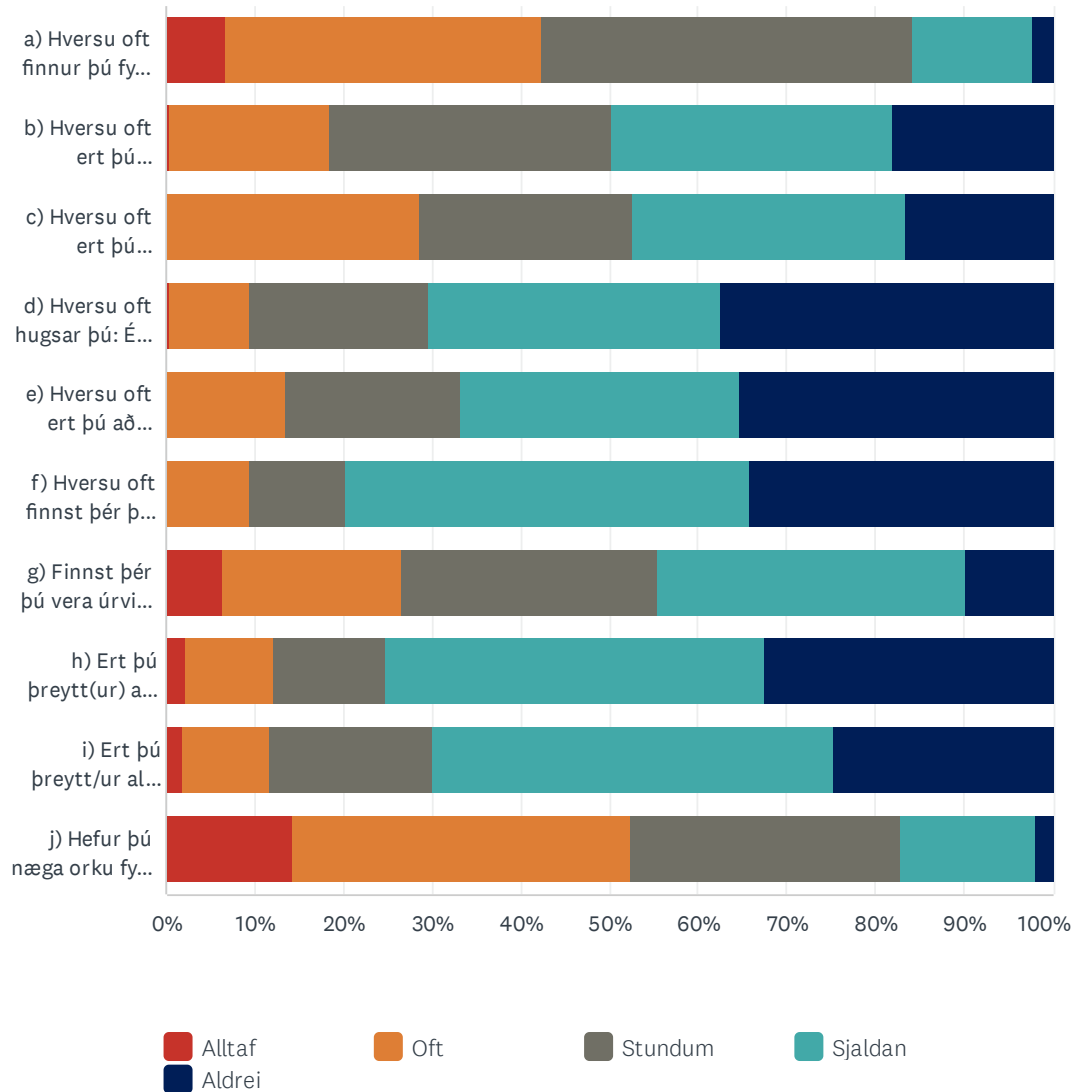
Answered: 222 Skipped: 42



	MJÖG OFT	FREKAR OFT	HVORKI OFT NÉ SJALDAN	FREKAR SJALDAN	MJÖG SJALDAN	TOTAL
a) ... þú sért að klára starfstengd verkefni heima?	3.60% 8	14.86% 33	15.77% 35	14.86% 33	50.90% 113	222
b) ... þú sért að svara starfstengdum tölvupóstum?	4.07% 9	10.86% 24	14.03% 31	17.65% 39	53.39% 118	221
c) ... þú eigir erfitt með að hætta að hugsa um vinnuna þannig að það hafi neikvæð áhrif á frítíma þinn?	8.11% 18	16.67% 37	20.27% 45	25.23% 56	29.73% 66	222
d) ... þú hafir áhyggjur af því að upp komi vandamál í vinnunni sem þú getur ekki leyst?	1.80% 4	9.91% 22	19.82% 44	27.03% 60	41.44% 92	222
e) ... þig langi ekki í vinnuna næsta dag?	3.60% 8	3.60% 8	14.41% 32	29.73% 66	48.65% 108	222
f) ... þú sért svo þreytt(ur) að þú eigir erfitt með að gera nokkum skapaðan hlut?	12.16% 27	14.41% 32	20.72% 46	28.83% 64	23.87% 53	222

Q28 Mæling á kulnun. Vinsamlegast merkið við einn reit í hverri línu

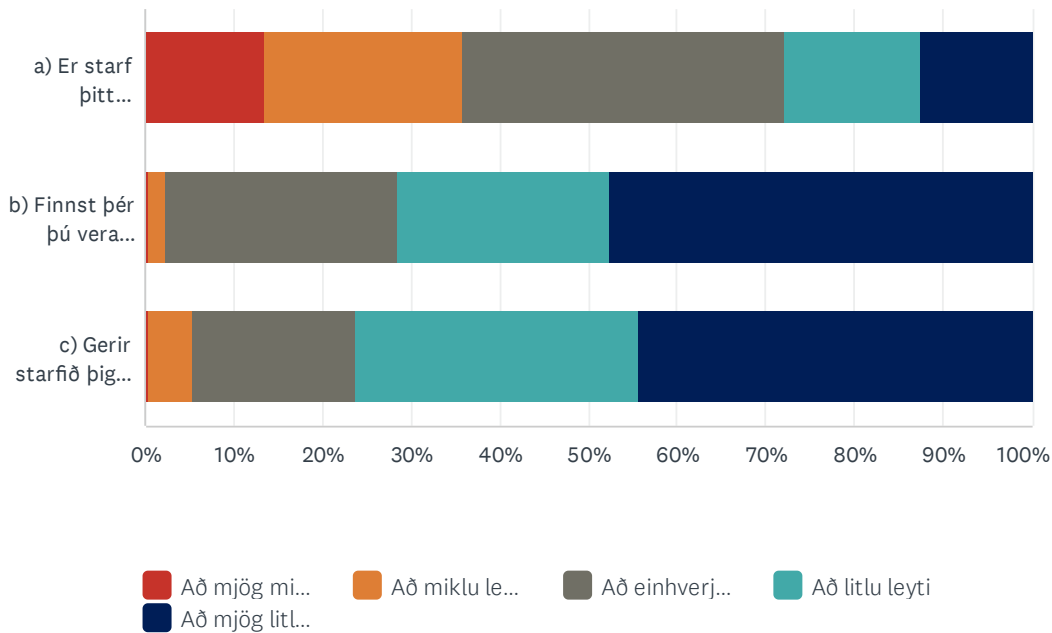
Answered: 223 Skipped: 41



	ALLTAF	OFT	STUNDUM	SJALDAN	ALDREI	TOTAL	WEIGHTED AVERAGE
a) Hversu oft finnur þú fyrir þreytu?	6.76% 15	35.59% 79	41.89% 93	13.51% 30	2.25% 5	222	2.69
b) Hversu oft ert þú líkamlega örmagna?	0.45% 1	17.94% 40	31.84% 71	31.84% 71	17.94% 40	223	3.49
c) Hversu oft ert þú tilfinningalega örmagna?	0.00% 0	28.70% 64	23.77% 53	30.94% 69	16.59% 37	223	3.35
d) Hversu oft hugsar þú: Ég get þetta ekki lengur?	0.45% 1	9.01% 20	20.27% 45	32.88% 73	37.39% 83	222	3.98
e) Hversu oft ert þú að niðurlotum komin/n/ð?	0.00% 0	13.45% 30	19.73% 44	31.39% 70	35.43% 79	223	3.89
f) Hversu oft finnst þér þú vera slöpp/slappur og veikist auðveldlega?	0.00% 0	9.42% 21	10.76% 24	45.74% 102	34.08% 76	223	4.04
g) Finnst þér þú vera úrvinda í lok vinnudags?	6.31% 14	20.27% 45	28.83% 64	34.68% 77	9.91% 22	222	3.22
h) Ert þú þreytt(ur) að morgni dags við tilhugsunina um enn einn vinnudag?	2.25% 5	9.91% 22	12.61% 28	42.79% 95	32.43% 72	222	3.93
i) Ert þú þreytt/ur allan liðlangan daginn þegar þú ert í vinnunni?	1.79% 4	9.87% 22	18.39% 41	45.29% 101	24.66% 55	223	3.81
j) Hefur þú næga orku fyrir fjölskyldu og vini í frítíma þínum?	14.41% 32	37.84% 84	30.63% 68	15.32% 34	1.80% 4	222	2.52

Q29 Mæling á starfstengdri kulnun

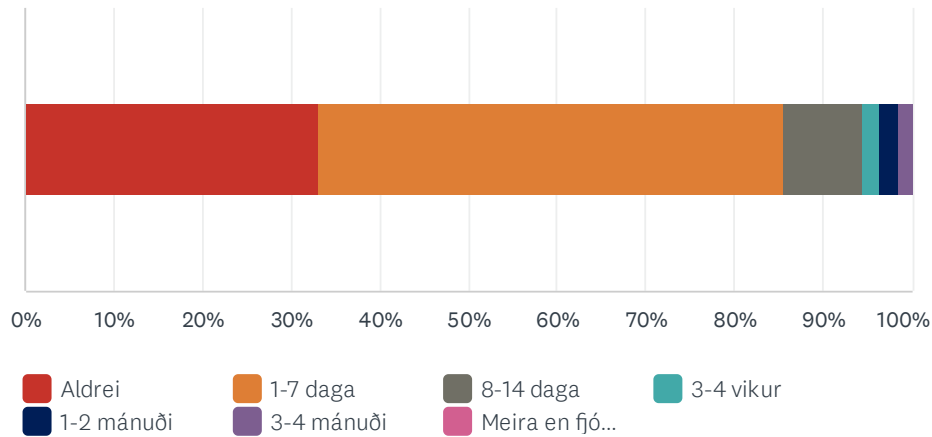
Answered: 223 Skipped: 41



	AÐ MJÖG MIKLU LEYTI	AÐ MIKLU LEYTI	AÐ EINHVERJU LEYTI	AÐ LITLU LEYTI	AÐ MJÖG LITLU LEYTI	TOTAL
a) Er starf þitt tilfinningalega preytandi?	13.45% 30	22.42% 50	36.32% 81	15.25% 34	12.56% 28	223
b) Finnst þér þú vera brunnin/n/ð út í starfi?	0.45% 1	1.80% 4	26.13% 58	23.87% 53	47.75% 106	222
c) Gerir starfið þig ergilega/n/n/t?	0.45% 1	4.93% 11	18.39% 41	31.84% 71	44.39% 99	223

Q30 Hve marga daga, ef einhverja, hefur þú verið frá launaðri vinnu vegna veikinda á síðustu 12 mánuðum?

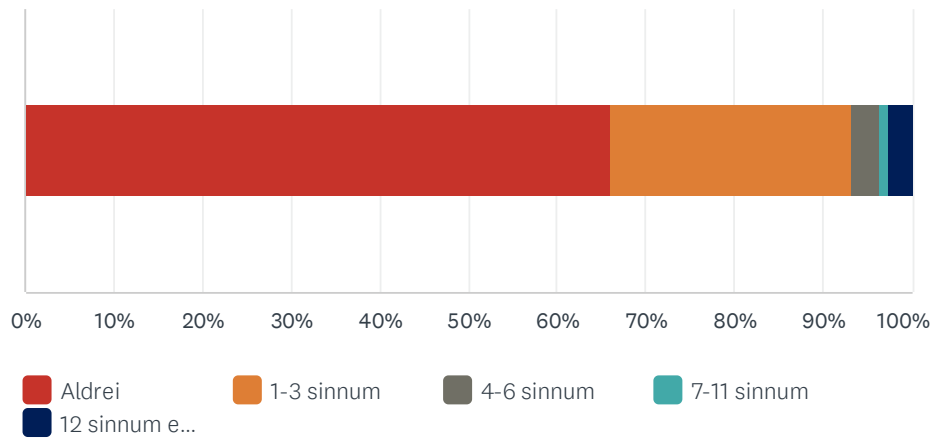
Answered: 221 Skipped: 43



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Aldrei	33.03%	73
1-7 daga	52.49%	116
8-14 daga	9.05%	20
3-4 vikur	1.81%	4
1-2 mánuði	2.26%	5
3-4 mánuði	1.36%	3
Meira en fjóra mánuði	0.00%	0
TOTAL		221

Q31 Hefurðu mætt veik(ur) í vinnu vegna álags á síðustu 12 mánuðum?

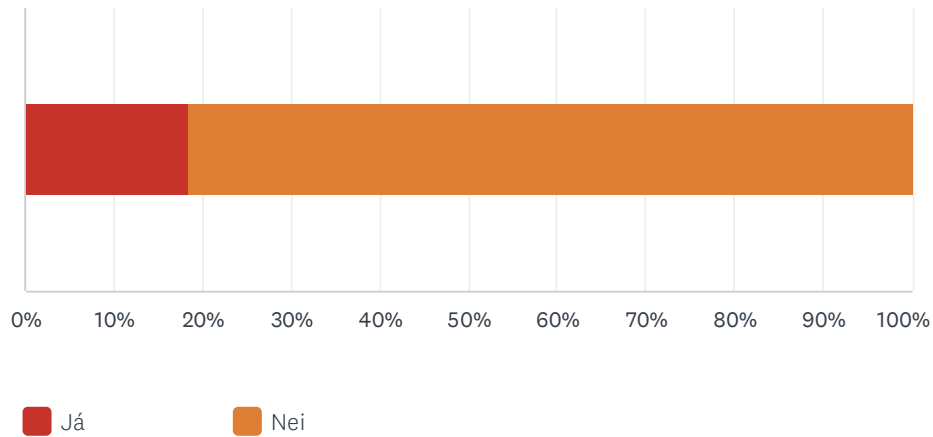
Answered: 221 Skipped: 43



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Aldrei	66.06%	146
1-3 sinnum	27.15%	60
4-6 sinnum	3.17%	7
7-11 sinnum	0.90%	2
12 sinnum eða oftar	2.71%	6
TOTAL		221

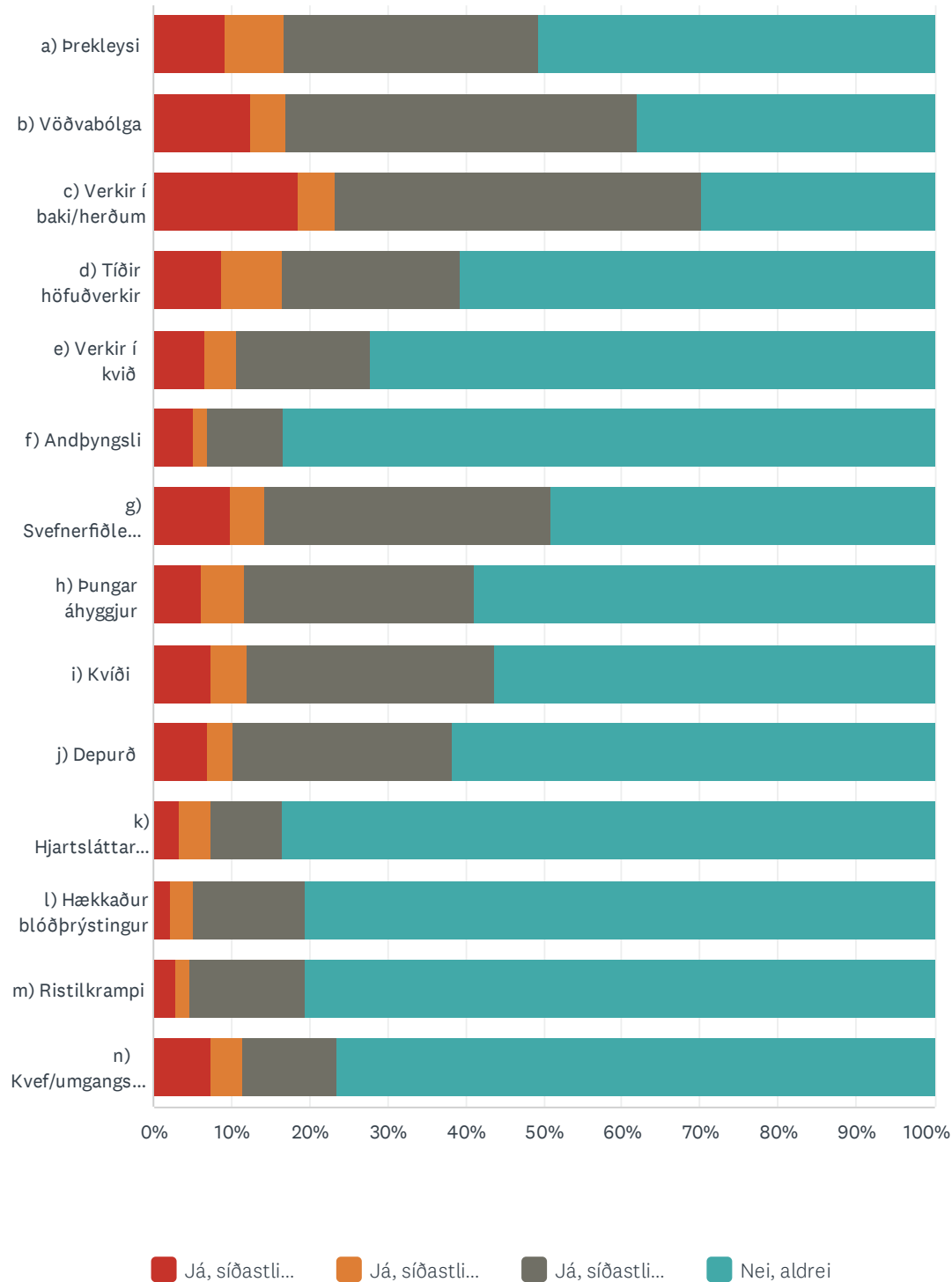
Q32 Hefur þú leitað til læknis vegna veikinda/heilsubrests sem þú rekur til aðstæðna í vinnunni síðastliðna 12 mánuði?

Answered: 222 Skipped: 42



Q33 Hefur eitthvað af eftirfarandi einkennum truflað daglegt líf þitt?

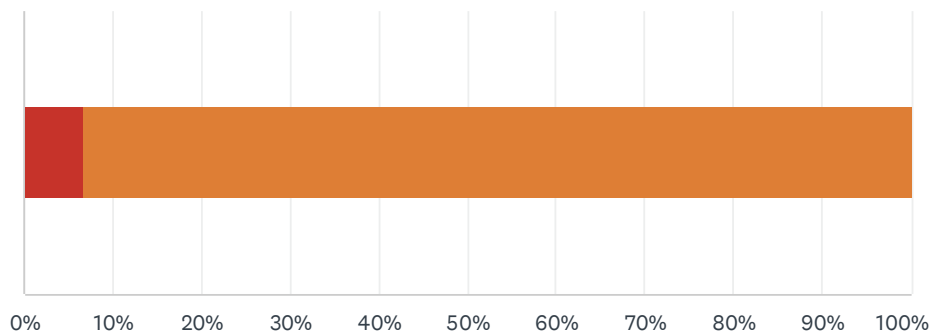
Answered: 219 Skipped: 45



	JÁ, SÍÐASTLIÐINN MÁNUÐ	JÁ, SÍÐASTLIÐNA 3 MÁNUÐI	JÁ, SÍÐASTLIÐNA 6 MÁNUÐI	NEI, ALDREI	TOTAL
a) Þrekleysi	9.30% 20	7.44% 16	32.56% 70	50.70% 109	215
b) Vöðvabólga	12.39% 27	4.59% 10	44.95% 98	38.07% 83	218
c) Verkir í baki/herðum	18.60% 40	4.65% 10	46.98% 101	29.77% 64	215
d) Tíðir höfuðverkir	8.80% 19	7.87% 17	22.69% 49	60.65% 131	216
e) Verkir í kvið	6.48% 14	4.17% 9	17.13% 37	72.22% 156	216
f) Andþyngsli	5.09% 11	1.85% 4	9.72% 21	83.33% 180	216
g) Svefnerfiðleikar	9.72% 21	4.63% 10	36.57% 79	49.07% 106	216
h) Þungar áhyggjur	6.07% 13	5.61% 12	29.44% 63	58.88% 126	214
i) Kvíði	7.44% 16	4.65% 10	31.63% 68	56.28% 121	215
j) Depurð	6.98% 15	3.26% 7	27.91% 60	61.86% 133	215
k) Hjartsláttartruflanir	3.23% 7	4.15% 9	9.22% 20	83.41% 181	217
l) Hækkaður blóðþrýstingur	2.30% 5	2.76% 6	14.29% 31	80.65% 175	217
m) Ristilkrampi	2.76% 6	1.84% 4	14.75% 32	80.65% 175	217
n) Kvef/umgangspestir	7.37% 16	4.15% 9	11.98% 26	76.50% 166	217

Q34 Má rekja eitthvað af þessum einkennum og verkjum til COVID-19?

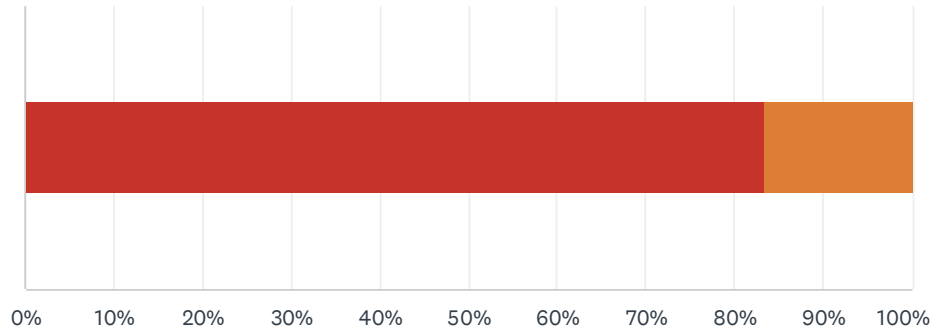
Answered: 219 Skipped: 45

☐ Já☐ Nei

ANSWER CHOICES		RESPONSES	
Já		6.85%	15
Nei		93.15%	204
TOTAL			219

Q36 Hjúskaparstaða?

Answered: 217 Skipped: 47

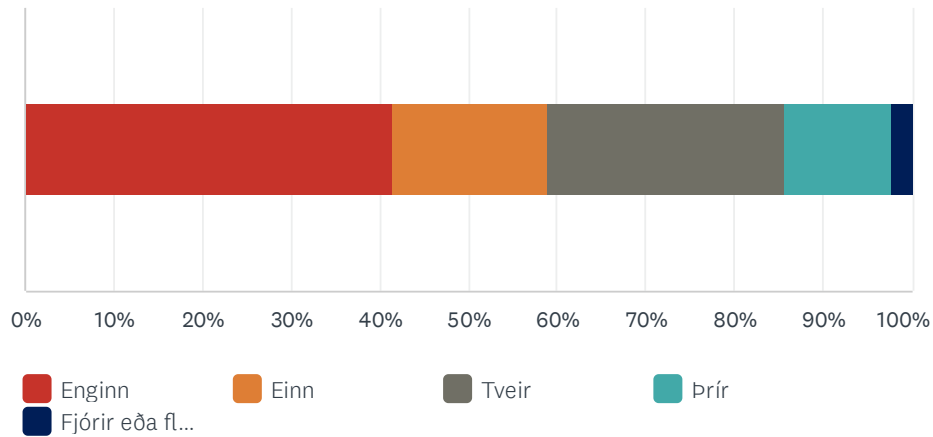


■ Gift/ur/sam... ■ Einhleyp/ur...

ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Gift/ur/sambúð	83.41%	181
Einhleyp/ur/t/fráskilin/n/ð/ekkill/ekkjá	16.59%	36
TOTAL		217

Q37 Hversu margir, 20 ára eða yngri, búa á heimilinu sem eru á þínu framfæri? (Hér er átt við eigin börn, fósturbörn og stjúpborn)

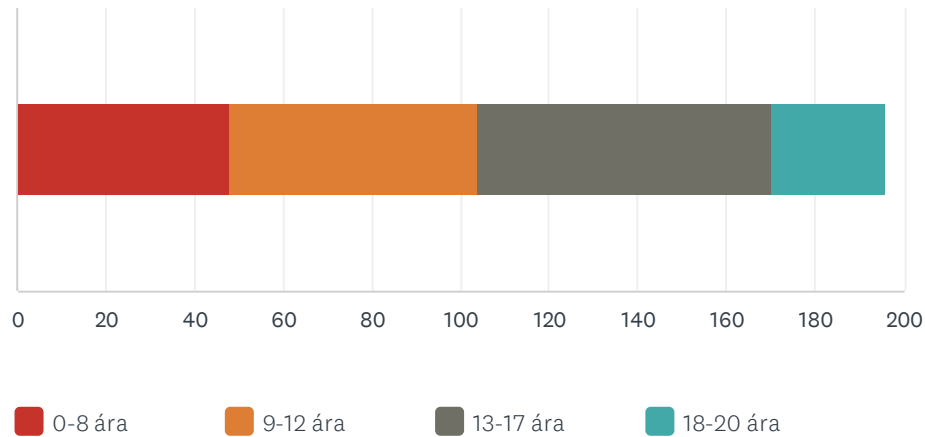
Answered: 217 Skipped: 47



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Enginn	41.47%	90
Einn	17.51%	38
Tveir	26.73%	58
Þrír	11.98%	26
Fjórir eða fleiri	2.30%	5
TOTAL		217

Q38 Á hvaða aldri er/u barnið/börnin sem búa á heimilinu? Merktu við fleiri en einn reit ef það á við

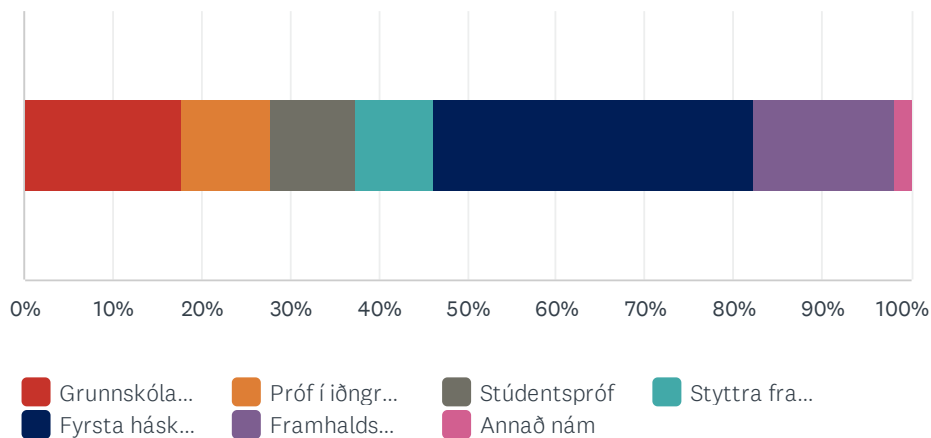
Answered: 125 Skipped: 139



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
0-8 ára	38.40%	48
9-12 ára	44.80%	56
13-17 ára	52.80%	66
18-20 ára	20.80%	26
Total Respondents: 125		

Q39 Hvaða menntun hefur þú?

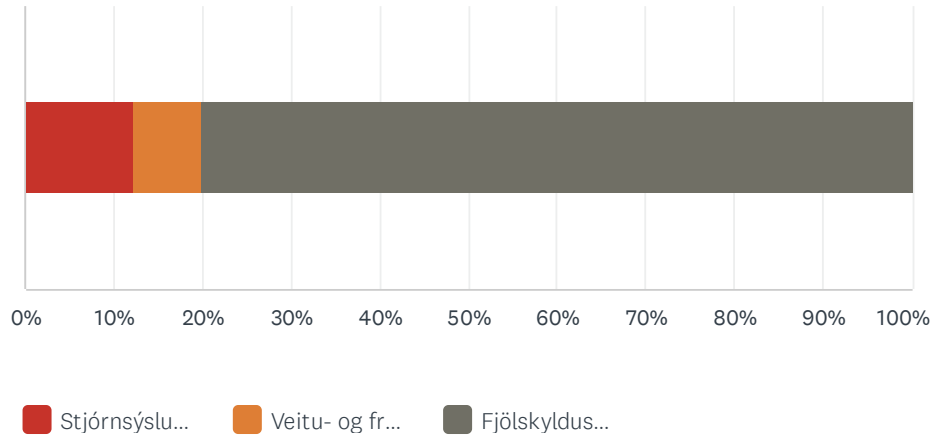
Answered: 219 Skipped: 45



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Grunnskóla- eða gagnfræðapróf	17.81%	39
Próf í iðngrein eða annað starfsnám	10.05%	22
Stúdentspróf	9.59%	21
Styttra framhaldsnám á háskólastigi	8.68%	19
Fyrsta háskólagráða (t.d. B.A., BEd eða B.S. próf)	36.07%	79
Framhaldsnám á háskólastigi (mastersgráða, doktorsgráða eða sambærilegt)	15.98%	35
Annað nám	1.83%	4
TOTAL		219

Q40 Hvaða sviði tilheyrir þú?

Answered: 212 Skipped: 52



ANSWER CHOICES	RESPONSES	
Stjórnsýslu- og fjármálasvið	12.26%	26
Veitu- og framkvæmdasvið	7.55%	16
Fjölskyldusvið	80.19%	170
TOTAL		212