**שאלון חסמים תעסוקתיים- גרסה לעובד**

**استبيان حول عوائق العمل – نسخة الموظّف  
Employment Barriers Questionnaire- The employee's version**

**(טל סטאריק, MsOT, מיה הובר, MsOT, פרופסור נאוה רצון)**

**تال ستاريك – (ماجستير) مايا هوڤر(ماجستير)– بروفيسور نافا راتسون**

**الأسم:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ التاريخ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

تمت صياغة هذا الاستبيان بلغة المذكّر بهدف تسهيل الاستعمال فقط، ولكنه موجّه للذكر والأنثى على حد سواء.

الاستبيان مصاغ بصيغة “الحاضر" من أجل الموظفين الذي يعملون أثناء تعبئة هذا الاستبيان. يجب القراءة بصيغة "الماضي" للأشخاص الذين عملوا في الماضي ولا يعملون اليوم. ويمكن بصيغة "المستقبل" للأشخاص الذين من المفترض ان يبدأوا العمل او يأملون في العودة الى العمل.

تحية وبعد،

هذا الاستبيان من أجلك، وهدفه أن يساعدك في تقييم مدى الملائمة ما بين وظيفتك وبيئة العمل وبين احتياجاتك الخاصة. من فضلك اجب عن الأسئلة التالية بخصوص مكان عملك الحالي\الأخير أو هذا الذي ستدخله قريبا.

**الحالة الوظيفية:** عملت في الماضي **\** أعمل حاليا **\** سأبـدأ العمل **\**  آمل العودة للعمل **(بالإمكان اختيار أكثر من إمكانية واحدة)**

**تعريف دورك الوظيفي: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ عدد ساعات العمل الأسبوعية الفعلية: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**ساعة بدء العمل وانتهائه: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.**

**قسم أ – بيئة العمل: أمامك قائمة بمميزات بيئة العمل. لكل ميزة من الميزات التالية، الى اي مدى تصعب عليك / تمنعك من القيام بالعمل في يوم اعتيادي. وهل حسب رأيك بالإمكان إجراء ملائمه أو تغيير لهذه الميزة بالنسبة لك.**

**0 1 2 3 4**

**على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع**

**الظروف داخل مساحة العمل الخاصة**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **مميزات في بيئة العمل** | **إلى أيّ حدّ هذه الميزة تعيقك او تمنعك من العمل؟** | **هل حسب رأيك يمكن إجراء ملاءمة أو تغيير؟** |
|  | 1 | عملية ما قبل التوظيف:(مقابلات، إجراءات القبول،,  طلبات للملاءمات،...) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| **المجيء إلى العمل** | 2 | المسافة من بيتك لمكان العمل ورجوعا | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 3 | كيفية وصولك للعمل (سيارة، باص،...) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 4 | موقع وحجم موقف السيارات في مكان العمل | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 5 | طرق الوصول للمبنى (مسارات, درج،..) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| **التنقل داخل المبنى** | 6 | الدخول لمناطق العمل المختلفة (حجم وكيفية فتح الباب،  درج المدخل..) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 7 | **الطريق** (ممرّات, كوريدورات) من المدخل إلى مناطق  العملالمختلفة حتى منطقة عملك | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 8 | كيفية التنقل بين أماكن العمل المختلفة  (عدد الغرف/المباني/الطوابق) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| **9** | غرفة المراحيض (موقع/مساحة/تنظيم) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 10 | غرفة الطعام أو زاوية القهوة  (موقع/مساحة// تنظيم) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| **גירויים חושיים**  **סביבה חברתית**  **מסגרת העבודה**  **גירוים חושיים** |  | **مميزات في بيئة العمل** | **إلى أيّ حدّ هذه الميزة تعيقك او تمنعك من العمل؟** | **هل حسب رأيك يمكن إجراء ملاءمة أو تغيير؟** |
|  | 11 | التنقّل في بيئة عمل متغيّرة | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 12 | كيفية التنظيم داخل الغرفة (التنقل بين الطاولات,  موقع الأغراض على رفوف عالية أو منخفضة...) | **0** 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 13 | مساحة العمل الخاصة بك (مثلا حجم الفراغ,  حجم الطاولة) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 14 | نوعية الأجهزة والماكنات المتعلقة بعملك والتي  تستعملها (مثل: حاسوب, آلة أوتوماتيكية,  أدوات رسم غرافيك وهكذا) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 15 | مدى المخاطر في البيئة (أرضية رطبة, العمل بارتفاع,  سطح غير مستو, عقبات..) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| **المحفزات الحسية** | 16 | مستوى الضجّة في بيئة العمل | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 17 | درجة الحرارة في بيئة العمل | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 18 | **الرائحة** في بيئة العمل | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 19 | **مستوى النظافة** في بيئة العمل | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 20 | **الإضاءة** في بيئة العمل | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **סביבה חברתית**  **מסגרת העבודה**  **גירוים חושיים** |  | **مميزات في بيئة العمل** | **إلى أيّ حدّ هذه الميزة تعيقك او تمنعك من العمل؟** | **هل حسب رأيك يمكن إجراء ملاءمة أو تغيير؟** |
| **إطار العمل**  **طار ال** | 21 | حجم الوظيفة | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 22 | ساعات بداية ونهاية العمل | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 23 | فرص الترقية (راتب, وظيفة وشروط العمل) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| **البيئة الاجتماعية** | 24 | مدى توجّهات زميلك للعمل لطلب المشورة وطرح أسئلة | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 25 | مدى توجّه المدير/ الادارة لطلب المشورة وطرح أسئلة | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 26 | جودة العلاقات الاجتماعية مع زميلك في العمل  (كميّا, نوعيًا/ جودة) | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 27 | مدى تحمل زميلك في العمل لاحتياجاتك | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 28 | مدى تحمل المدير لاحتياجاتك | 0 1 2 3 4 على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره يمنع | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |

**قسم ب -الوظيفة: الجدول التالي يعرض إجراءات من المحتمل أن تكون جزءًا من وظائف اليوم العادي لديك. الإجراءات مصنفة إلى ثلاثة مجالات: إجراءات تواصل، إجراءات ذهنية\ تفكيرية وإجراءات جسدية..**

**بالنسبة لكل واحد من الإجراءات المعروضة في الجدول:**

1. **درج الوتيرة المطلوب منك القيام بها في يوم عمل عادي (انظر المسطرة). إذا اخترت " على الاطلاق لا “– استمر للسطر التالي. وإذا قمت باختيار خلاف ذلك تابع الى الاعمدة اليسرى.**

**4 3 2 1 0**

**على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت**

1. **درِّج لأيّ مدى أنت تستصعب في تنفيذ الإجراء (انظر المسطرة).**

**4 3 2 1 0**

**على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معيّنة بدرجة كثيره لا انجح بالأداء**

1. **حدّد هل حسب رأيك بالإمكان اجراء ملاءمة أو تغيير لنفس الاجراء بطريقة تسهل عليك او تمكنك من العمل؟**

**1. لا حاجة 2. نعم 3. لا**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **الإجراء المطلوب** | **بأيّ وتيرة يطلب منك تنفيذ الإجراء في يوم عمل اعتيادي؟** | **لأية درجة/ مدى تستصعب تنفيذ هذا الإجراء؟** | **هل حسب رأيك بالإمكان القيام بملاءمة أو تغيير لذات الاجراء بالشكل الذي يسهّل عليك او يمكنك من العمل؟** |
| **تواصل** | 29 | التواصل مع المدير المباشر | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 30 | التواصل مع الموظفين الذين تترأسهم | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 31 | التواصل مع الزبائن | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 32 | التواصل مع الزملاء | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  |  | **الإجراء المطلوب** | **بأيّ وتيرة يطلب منك تنفيذ الإجراء في يوم عمل اعتيادي؟** | **لأية درجة/ مدى تستصعب تنفيذ هذا الإجراء؟** | **هل حسب رأيك بالإمكان القيام بملاءمة أو تغيير لذات الاجراء بالشكل الذي يسهّل عليك او يمكنك من العمل؟** |
|  | 33 | التواصل بخصوص العمل مع أشخاص لا تخالطهم خلال عملك اليومي | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 34 | التواصل مع أكثر من جهة في نفس الوقت | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 35 | إجراء مكالمات صغيرة أو عشوائية | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| **تواصل** | 36 | تواصل وجهًا لوجه | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 37 | فهم فحوى المحادثات | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 38 | التواصل كتابيًا | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 39 | التواصل هاتفيًا | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 40 | إيصال الأفكار للآخرين بوضوح | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 41 | فهم وتفسير الرسائل | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 42 | المبادرة في التواصل في مكان العمل | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  |  | **الفعالية المطلوبة** | **بأيّ وتيرة يطلب منك تنفيذ الإجراء في يوم عمل اعتيادي؟** | **لأية درجة/ مدى تستصعب تنفيذ هذا الإجراء؟** | **هل يمكن تعديل/ملائمة هذه الفعالية بحيث تسهّل عليك/تمكنك من العمل؟** |
|  | 43 | الحفاظ على التركيز مع مرور الوقت | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 44 | الانتقال بين المهام | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 45  **التفكير** | أداء مهام متعددة في نفس الوقت (مثل استعمال لوحة المفاتيح خلال التحدث بالهاتف، عمل أشياء أخرى أثناء المشي) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 46 | العمل على أكثر من مهمة واحدة (4 مهام وأكثر) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 47 | التفكير الإبداعي وحل المشكلات | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 48 | استخدام الذاكرة (تذكر الجمل التي قيلت لك، بيانات، تذكر معلومات سابقة، مهام عليك تأديتها) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 49 | التفكير الرياضي (الجمع، الطرح، الضرب، استخدام المعادلات) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 50 | فهم التعليمات الشفهية | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **الفعالية المطلوبة** | **بأيّ وتيرة يطلب منك تنفيذ الإجراء في يوم عمل اعتيادي؟** | **لأية درجة/ مدى تستصعب تنفيذ هذا الإجراء؟** | **هل يمكن تعديل/ملائمة هذه الفعالية بحيث تسهّل عليك/تمكنك من العمل؟** |
|  | 51 | فهم التعليمات المكتوبة | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 52 | فرز وتقسيم الأغراض حسب المواضيع | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 53  **التفكير** | التخطيط المسبق (جدولة المواعيد مقدمًا، وإعداد الأشياء المطلوبة للمهمة) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 54 | الرقابة والعثور على الأخطاء | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 55 | إدارة وقتك الخاص | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 56 | القراءة | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 57 | الكتابة | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 58 | الكتابة باستخدام لوحة المفاتيح | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 59  **جسدي** | تنفيذ الحركات المنسقة (مثل استخدام لوحة المفاتيح والفأرة في نفس الوقت، وترتيب البضائع) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **الإجراء المطلوب** | **بأيّ وتيرة يطلب منك تنفيذ الإجراء في يوم عمل اعتيادي؟** | **لأية درجة/ مدى تستصعب تنفيذ هذا الإجراء؟** | **هل حسب رأيك بالإمكان القيام بملاءمة أو تغيير لذات الاجراء بالشكل الذي يسهّل عليك او يمكنك من العمل؟** |
|  | 60 | سرعة تحريك الأصابع (مثل الكتابة على لوحة المفاتيح) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره لا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 61 | القيام بمهام حركية دقيقة (مثل تركيب الأشياء أو القص، أو القطع، وغيرها) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا بدرجة قليلة بدرجة معينة بدرجة كثيره لا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 62 | مهام تتطلب وتيرة عمل سريعة (طاقة إنتاجية عالية) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 63 | العمل مع أجسام متحركة | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 64 | العمل مع حيوانات | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 65  **جسدي** | الانحناء إلى سطح أو أرضية منخفضة | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 66 | الجلوس لوقت طويل | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 67 | التنقل (المشي، استخدام الكرسي المتحرك، سيارة صغيرة (سيارة العجزة) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 68 | الوقوف لوقت طويل | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 69 | المحافظة على التوازن | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  |  | **الفعالية المطلوبة** | **بأيّ وتيرة يطلب منك تنفيذ الإجراء في يوم عمل اعتيادي؟** | **لأية درجة/ مدى تستصعب تنفيذ هذا الإجراء؟** | **هل يمكن تعديل/ملائمة هذه الفعالية بحيث تسهّل عليك/تمكنك من العمل؟** |
|  | 70 | الوقوف على الركبتين | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
|  | 71 | الوقوف عن سطح منخفض | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 72 | رفع الأغراض | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 73  **جسدي** | حمل الأغراض | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 74 | التسلق (على سلم، مبنى، تلة، وغيرها) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 75 | استخدام القوة (دفع أو سحب أوزان، فتح الحاويات الثقيلة، فرك عميق، الضغط على أزرار قاسية، وغيرها) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 76 | رفع اليدين الى الأعلى | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |
| 77 | التحمّل (بذل مجهود جسدي لوقت طويل) | 0 1 2 3 4  على الاطلاق لا نادرًا أحيانـًا غالـبًا بشكل ثابت | **0 1 2 3 4** على الاطلاق لا بدرجة قليلةبدرجة معينة بدرجة كثيرهلا انجح بالأداء | 1.لا حاجة 2. نعم 3. لا |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| هل تعتقد أن مكان عملك سيقوم بتنفيذ كافة التعديلات التي اقترحتها أعلاه؟ | **0 1 2 3 4** أبدًا قليلًا بنسبة محدودة بنسبة كبير بشكل كامل | هل تعتقد أن محادثة أخصائي علاج خارجي مع مديرك ستتيح لك العمل أو تحسّن قدرتك على أداء عملك في مكان العمل؟  **1 لا حاجة 2 نعم 3 لا** |

**انتهى الاستبيان شكرا لتعاونكم**