Lumina Measures

JSS

Job Stress Scale - versão resumida brasileira

Versão em português · 17 itens

Nome _____

Data _____

Opções de resposta de A até K: Freqüentemente; Às vezes; Raramente; Nunca ou quase nunca. Opções de resposta de L até Q: Concordo totalmente; Concordo mais que discordo; Discordo mais que concordo; Discordo totalmente.

		Freqüentemente	Às vezes	Raramente	Nunca ou quase nunca
A	Com que freqüência você tem que fazer suas tarefas de trabalho com muita rapidez?	☐	☐	☐	☐
B	Com que freqüência você tem que trabalhar intensamente (isto é, produzir muito em pouco tempo)?	☐	☐	☐	☐
C	Seu trabalho exige demais de você?	☐	☐	☐	☐
D	Você tem tempo suficiente para cumprir todas as tarefas de seu trabalho?	☐	☐	☐	☐
E	O seu trabalho costuma apresentar exigências contraditórias ou discordantes?	☐	☐	☐	☐
F	Você tem possibilidade de aprender coisas novas em seu trabalho?	☐	☐	☐	☐
G	Seu trabalho exige muita habilidade ou conhecimentos especializados?	☐	☐	☐	☐
H	Seu trabalho exige que você tome iniciativas?	☐	☐	☐	☐
I	No seu trabalho, você tem que repetir muitas vezes as mesmas tarefas?	☐	☐	☐	☐
J	Você pode escolher COMO fazer o seu trabalho?	☐	☐	☐	☐
K	Você pode escolher O QUE fazer no seu trabalho?	☐	☐	☐	☐

		Concordo totalmente	Concordo mais que discordo	Discordo mais que concordo	Discordo totalmente
L	Existe um ambiente calmo e agradável onde trabalho.	☐	☐	☐	☐
M	No trabalho, nos relacionamos bem uns com os outros.	☐	☐	☐	☐
N	Eu posso contar com o apoio dos meus colegas de trabalho.	☐	☐	☐	☐
O	Se eu não estiver num bom dia, meus colegas compreendem.	☐	☐	☐	☐
P	No trabalho, eu me relaciono bem com meus chefes.	☐	☐	☐	☐

	Concordo totalmente	Concordo mais que discordo	Discordo mais que concordo	Discordo totalmente
Q Eu gosto de trabalhar com meus colegas.	☐	☐	☐	☐

Referências

Job Stress Scale - versão resumida brasileira. Versão em português · 17 itens. Formulário da versão apresentada.

ALVES, M. G. M.; CHOR, D.; FAERSTEIN, E.; LOPES, C. S.; WERNECK, G. L. Versão resumida da Job Stress Scale: adaptação para o português. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v. 38, n. 2, p. 164-171, 2004. Disponível em: https://rsp.fsp.usp.br/pt-br/article/versao-resumida-da-job-stress-scale-adaptacao-para-o-portugues/.

BRUM, A. P. S. Avaliação do estresse na equipe de enfermagem do turno diurno de um hospital universitário. 2014. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014. Disponível em: https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/128937/000976533.pdf.

HÖKERBERG, Y. H. M.; AGUIAR, O. B.; REICHENHEIM, M.; FAERSTEIN, E.; VALENTE, J. G.; FONSECA, M. J. M.; PASSOS, S. R. L. Dimensional structure of the demand control support questionnaire: a Brazilian context. International Archives of Occupational and Environmental Health, v. 83, p. 407-416, 2010. https://doi.org/10.1007/s00420-009-0488-4

KARASEK, R.; THEORELL, T. Healthy work: stress, productivity, and the reconstruction of working life. New York: Basic Books, 1990. Disponível em: https://archive.org/details/healthyworkstres0000kara.

SESI. Metodologia nacional do SESI para abordagem dos fatores psicossociais relacionados ao trabalho em atendimento à NR-01. Brasília: Serviço Social da Indústria, 2026. Disponível em: https://static.portaldaindustria.com.br/media/filer_public/e8/57/e857678a-52f2-4aad-a34b-bb6bd79c5599/id_00072_metodologia_para_abordagem_dos_fatores_psissociais_v3.pdf.

TAMBORINI, M. M. F.; COLET, C. F.; CENTENARO, A. P. F. C.; SOUTO, E. N. S.; ANDRES, A. T. G.; STUMM, E. M. F. Estresse ocupacional em profissionais da atenção primária durante a pandemia da COVID-19: estudo de métodos mistos. Revista Latino-Americana de Enfermagem, Ribeirão Preto, v. 31, 2023. https://doi.org/10.1590/1518-8345.6797.4042