

Actualmente, nuestra sociedad vive una situación a nivel mundial totalmente nueva, en la que la pandemia provocada por el coronavirus SARS-CoV-2 ha generado una gran preocupación e incertidumbre que, entre otras emociones, puede provocar en la población estados de estrés, ansiedad, miedo...

Desde un punto de vista del trabajo, esta nueva situación, unida a los posibles cambios en el entorno laboral, puede influir en el estado tanto físico como psíquico de los trabajadores, con lo que cabe pensar que habrá que controlar su bienestar emocional.

Ante esta nueva demanda, destacamos la necesidad de disponer de un sistema de evaluación del estado psicológico de los trabajadores con el objeto de valorar de forma general el impacto sobre éstos, tanto en el periodo de confinamiento como en su reincorporación a su actividad presencial en el puesto de trabajo.

Para dicho cometido se han elaborado un cuestionario de valoración, en el que se evalúan diferentes aspectos clasificados en los siguientes bloques:

- 1 – Situación durante el confinamiento
- 2 – Preocupaciones derivadas de la vuelta al trabajo
- 3 – Establecimiento de medidas preventivas
- 4 – Estado emocional para la vuelta al trabajo
- 5 – Valoración de las actuaciones de la empresa durante el Estado de Alarma

El objetivo de este cuestionario es tener una imagen general de la huella o impacto del confinamiento en el estado de ánimo y la salud emocional de las personas a la vuelta al trabajo.

El cuestionario es anónimo y confidencial, lo que permitirá a la empresa disponer de información que le ayude al control de las emociones de sus trabajadores y encauzar todas aquellas actuaciones necesarias para mejorar su bienestar emocional y el diseño del plan de reincorporación emocional de su plantilla.

Por consiguiente, el uso del cuestionario no irá destinado a realizar un análisis particular, sino a disponer de información global para valorar al colectivo de la empresa.



### 1. Situación durante el confinamiento

Indica en que situación laboral y de salud te has encontrado durante el confinamiento

ACTIVO			INACTIVO			
Presencial <input type="checkbox"/>	Teletrabajo <input type="checkbox"/>	Mixto <input type="checkbox"/>	Si, de permiso <input type="checkbox"/>	Sí, de baja laboral <input type="checkbox"/>	Sí, en un ERTE/ERE <input type="checkbox"/>	No, he estado trabajando <input type="checkbox"/>

¿Has contraído CoVID-19?

<input type="checkbox"/> Sí, confirmada con prueba diagnóstica	<input type="checkbox"/> No, confirmada por prueba diagnóstica
<input type="checkbox"/> Creo haberla pasado, pero no confirmada	<input type="checkbox"/> No

¿Has estado en contacto estrecho con alguien que pueda haberla contraído?  Sí  NO

¿Eres una persona vulnerable o sensible ante la CoVID-19?  Sí  NO

### 2. Preocupaciones derivadas de la vuelta al trabajo

¿Cuáles son las principales preocupaciones que tienes a la hora de volver a tu puesto de trabajo? Marca las afirmaciones según tu nivel de preocupación.

1. Nada 2. Poco 3. Moderadamente 4. Bastante 5. Mucho

En general, me preocupa....	1	2	3	4	5
Que la empresa no sea un espacio seguro y protegido frente al coronavirus	<input type="checkbox"/>				
La posibilidad de contagio en las zonas comunes	<input type="checkbox"/>				
El desplazamiento no seguro al trabajo	<input type="checkbox"/>				
Las relaciones interpersonales con compañeros/as de mi empresa	<input type="checkbox"/>				
Las relaciones interpersonales con personal externo (proveedores, clientes)	<input type="checkbox"/>				
Mi estabilidad laboral en la empresa	<input type="checkbox"/>				
La conciliación laboral y familiar	<input type="checkbox"/>				
Que mis mandos no valoren el esfuerzo que hago en estas circunstancias	<input type="checkbox"/>				

**Sobre mi puesto de trabajo, me preocupa...** (Marca las afirmaciones según tu nivel de preocupación)

	1	2	3	4	5
La modificación de mis condiciones de trabajo (horario, salario...)	<input type="checkbox"/>				
El aumento o la disminución de mi carga de trabajo	<input type="checkbox"/>				
Que la relación con mis mandos sea diferente	<input type="checkbox"/>				
Posibles dificultades para trabajar en equipo	<input type="checkbox"/>				
Compatibilidad con el teletrabajo	<input type="checkbox"/>				
Los inconvenientes de la utilización de los nuevos equipos de protección (guantes, mascarillas, pantallas...)	<input type="checkbox"/>				
Cambios en las tareas, procesos, procedimientos de trabajo...	<input type="checkbox"/>				
Las medidas de seguridad que deberé cumplir si tengo que realizar trabajos en otros centros de trabajo	<input type="checkbox"/>				

### 3. Establecimiento de medidas preventivas

Teniendo en cuenta las medidas preventivas para el control del coronavirus establecidas por la legislación vigente, ¿qué nivel de importancia le darías a cada una de las siguientes medidas?

En general, me importa...	1	2	3	4	5
Recibir información sanitaria	<input type="checkbox"/>				
Recibir información sobre las medidas tomadas por la empresa (económicas, organizativas, preventivas...)	<input type="checkbox"/>				
Mantener la distancia de seguridad (separación mínima, mamparas...)	<input type="checkbox"/>				
Uso de equipos de protección (guantes, mascarillas, pantallas...)	<input type="checkbox"/>				
Limpieza y desinfección periódica de los equipos, instalaciones...	<input type="checkbox"/>				
Establecimiento de turnos de trabajo para reducir el contacto social	<input type="checkbox"/>				
Reorganización de zonas comunes (comedores, salas de descanso), los espacios de trabajo y horarios de entrada y salida...	<input type="checkbox"/>				
Realizar pruebas diagnósticas (tests PCR, serológicos o de antígenos)	<input type="checkbox"/>				

#### 4. Estado emocional para la vuelta al trabajo

¿Cómo me siento?

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Motivado/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asustado/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alegre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nervioso/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esperanzado/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Triste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### 5. Valoración de las actuaciones de la empresa durante el Estado de Alarma

Las acciones de la empresa han sido..... (marca con X)

Muy positivas	Positivas	Adecuadas	Negativas	Muy negativas
<input type="checkbox"/>				

#### 6. Si lo deseas, puedes comentar lo que consideres