

El siguiente instrumento de evaluación determinará el nivel de riesgo psicosocial en diferentes aspectos del trabajo híbrido.

Para conocer el puntaje total, las respuestas deben evaluarse de acuerdo con las ponderaciones que se presentan más adelante.

Para responder las preguntas siguientes considere las condiciones ambientales de su centro de trabajo durante este semestre.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1. Mi espacio de trabajo posee las condiciones ergonómicas y sanitarias, para realizar mis actividades docentes con seguridad e higiene.					
2. Las herramientas digitales y materiales con que cuento me permiten realizar mi trabajo eficientemente.					
3. Me preocupa contagiarme del virus que me provoque el COVID.					
4. Se ha brindado información de prevención y orientación sobre COVID-19 en mi centro de trabajo.					
5. Se ha publicado el protocolo de identificación y seguimiento de casos sospechosos y confirmados de COVID-19 de mi centro de trabajo.					
6. Mi área de trabajo permite mantener la sana distancia entre compañeros.					
7. Mi actividad presencial es peligrosa.					

Para responder a las preguntas siguientes piense en la cantidad y ritmo de trabajo que tiene actualmente.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
8. Debido a la cantidad de trabajo que tengo, me quedo tiempo adicional en mi centro de trabajo.					
9. Mi trabajo me permite cuidar mi salud.					
10. La modalidad híbrida exige mantener un ritmo de trabajo acelerado.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con el esfuerzo mental que le exige su trabajo actualmente.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
11. Mi trabajo en modalidad hibrida exige que esté muy concentrado/a.					
12. La modalidad híbrida requiere que comprenda y aplique diversos tipos de información en grandes cantidades.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con las actividades que realiza en su trabajo y las responsabilidades que tiene actualmente.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
13. En mi centro de trabajo, me dan órdenes contradictorias.					
14. En mi centro de trabajo, me piden hacer actividades innecesarias (burocráticas).					

Las siguientes preguntas están relacionadas con su jornada de trabajo en la modalidad híbrida.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
15. Desde que inició la modalidad híbrida, trabajo horas extras más de tres veces a la semana.					
16. Desde que inició la modalidad híbrida, trabajo en días festivos, fines de semana o en vacaciones.					
17. El tiempo de trabajo en la modalidad híbrida es mucho y perjudica mis actividades familiares y personales.					
18. Atiendo actividades familiares o personales cuando estoy trabajando.					
19. Mis responsabilidades familiares afectan mi trabajo.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con las decisiones que puede tomar en su trabajo en la modalidad híbrida.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
20. Mi trabajo en modalidad híbrida me permite desarrollar nuevas habilidades.					
21. En mi trabajo puedo mejorar mi condición laboral.					
22. Durante mi jornada laboral tomo pausas cuando las necesito.					
23. Decido cuántas actividades, en línea y presenciales, realizo durante la jornada laboral.					
24. Decido la velocidad en que realizo mis actividades laborales.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con cualquier tipo de cambio que ocurra en su trabajo (considere los últimos cambios realizados).	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
25. Los cambios que se presentan en mi trabajo dificultan mis labores.					
26. Frente a cualquier cambio, se tienen en cuenta mis ideas o aportaciones.					

Las siguientes preguntas están relacionadas con la capacitación e información que se le proporciona sobre su trabajo en la modalidad híbrida.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
27. Me informan con claridad cuáles son mis funciones.					
28. Me explican claramente los resultados a obtener con mi trabajo.					
29. Me explican claramente los objetivos de mi trabajo.					
30. Me informan con quién puedo acudir, para resolver problemas de trabajo derivados de la modalidad híbrida.					
31. Recibo formación que facilita mi desempeño.					

Las siguientes preguntas están relacionadas con las o los directivos con los que tiene contacto.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
32. Mi jefe (a) me ayuda a organizar mejor el trabajo.					
33. Mi jefe (a) tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones.					
34. Mi jefe (a) me comunica a tiempo la información relacionada con el trabajo.					
35. La orientación que me da mi jefe (a) me ayuda a realizar mejor mi trabajo.					
36. Mi jefe (a) inmediato ofrece apoyo emocional.					
37. Mi jefe (a) me ayuda a solucionar los problemas relacionados con la modalidad híbrida.					

Las preguntas siguientes se refieren a las relaciones con sus compañeros de trabajo.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
38. Confío en mis colegas.					
39. Entre compañeros solucionamos los problemas de trabajo de forma respetuosa.					
40. Me siento parte del grupo de trabajo.					
41. Existe colaboración.					
42. Mis colegas me ayudan cuando tengo dificultades.					

Las siguientes preguntas están relacionadas con la información que recibe sobre su rendimiento laboral, el reconocimiento a su labor, la pertenencia a su centro de trabajo, así como la estabilidad laboral.	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
43. Me informan sobre lo que hago bien en mi trabajo.					
44. La forma como evalúan mi trabajo, me ayuda a mejorar mi desempeño.					
45. El pago que recibo es el que merezco por el trabajo que estoy realizando actualmente.					
46. El buen desempeño es recompensado o reconocido.					
47. Los trabajadores con un buen desempeño pueden mejorar sus condiciones laborales.					
48. Mi trabajo es estable.					
49. Me siento orgulloso de ser trabajador en este centro laboral.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con actos de violencia laboral (malos tratos, acoso, hostigamiento, acoso psicológico).	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
50. Durante las reuniones de trabajo, puedo expresarme libremente sin interrupciones.					
51. Recibo críticas constantes hacia mi persona y/o trabajo.					
52. Recibo burlas, calumnias, difamaciones, humillaciones o ridiculizaciones.					
53. Se ignora mi presencia o se demeritan mis aportaciones en las reuniones de trabajo.					
54. Se manipulan las situaciones de trabajo o mis aportaciones, para hacer parecer que soy mal trabajador.					
55. Se ignoran mis éxitos laborales y se atribuyen a otros trabajadores.					
56. Me obstaculizan las oportunidades del centro de trabajo para mejorar mis condiciones laborales.					
57. He presenciado actos de violencia en mi centro de trabajo.					
58. En la modalidad híbrida trabajo con personas muy estresadas.					
59. Mis compañeros requieren apoyo emocional.					
60. Mi trabajo requiere expresar emociones distintas a las mías.					

Valor de las opciones de respuesta

Ítems	Calificación de las opciones de respuesta				
	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1, 2, 4, 5, 6, 9, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	0	1	2	3	4
3, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 25, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60	4	3	2	1	0

Para la calificación final

Resultado del cuestionario	Nulo o despreciable	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
C_{final}	$C_{final} < 26$	$26 \leq C_{final} < 58$	$58 \leq C_{final} < 91$	$91 \leq C_{final} < 117$	$C_{final} \geq 117$

Para la calificación por categoría

Categoría	Nulo o despreciable	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
Ambiente de trabajo	$C_{cat} < 5$	$5 \leq C_{cat} < 8$	$8 \leq C_{cat} < 11$	$11 \leq C_{cat} < 14$	$C_{cat} \geq 14$
Factores propios de la actividad	$C_{cat} < 11$	$11 \leq C_{cat} < 14$	$14 \leq C_{cat} < 18$	$18 \leq C_{cat} < 22$	$C_{cat} \geq 22$
Organización del tiempo de trabajo	$C_{cat} < 3$	$3 \leq C_{cat} < 5$	$5 \leq C_{cat} < 8$	$8 \leq C_{cat} < 11$	$C_{cat} \geq 11$
Liderazgo y relaciones en el trabajo	$C_{cat} < 20$	$20 \leq C_{cat} < 33$	$33 \leq C_{cat} < 54$	$54 \leq C_{cat} < 70$	$C_{cat} \geq 70$

Para la calificación por dominio

Dominio	Nulo o despreciable	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
Condiciones ambientales	$C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$11 \leq C_{dom} < 14$	$C_{dom} \geq 14$
Cantidad y ritmo de trabajo	$C_{dom} < 3$	$3 \leq C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 7$	$7 \leq C_{dom} < 9$	$C_{dom} \geq 9$
Esfuerzo mental	$C_{dom} < 1$	$1 \leq C_{dom} < 2$	$2 \leq C_{dom} < 4$	$4 \leq C_{dom} < 6$	$C_{dom} \geq 6$
Actividades y responsabilidades	$C_{dom} < 1$	$1 \leq C_{dom} < 2$	$2 \leq C_{dom} < 4$	$4 \leq C_{dom} < 6$	$C_{dom} \geq 6$
Toma de decisiones	$C_{dom} < 3$	$3 \leq C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$C_{dom} \geq 11$
Jornada laboral	$C_{dom} < 3$	$3 \leq C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$C_{dom} \geq 11$
Cambios en el trabajo	$C_{dom} < 1$	$1 \leq C_{dom} < 2$	$2 \leq C_{dom} < 4$	$4 \leq C_{dom} < 6$	$C_{dom} \geq 6$
Capacitación e información proporcionada	$C_{dom} < 3$	$3 \leq C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$C_{dom} \geq 11$
Contacto con directivos	$C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$11 \leq C_{dom} < 14$	$C_{dom} \geq 14$
Relación con compañeros	$C_{dom} < 3$	$3 \leq C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$C_{dom} \geq 11$
Reconocimiento al desempeño	$C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$11 \leq C_{dom} < 14$	$C_{dom} \geq 14$
Violencia laboral	$C_{dom} < 10$	$10 \leq C_{dom} < 13$	$13 \leq C_{dom} < 16$	$16 \leq C_{dom} < 20$	$C_{dom} \geq 20$