

BESVAR SPØRGESKEMA TIL STRESSHÅNTERINGSFORLØB

I forbindelse med din deltagelse i et stresshåndteringsforløb i Arbejdsmedicin skal du besvare et spørgeskema. Spørgeskemaet indeholder spørgsmål om din stress og din hverdag, og formålet med spørgeskemaet er, at måle om du får den ønskede effekt af forløbet.

Du skal besvare skemaet 3 gange, mens du er i stresshåndteringsforløbet, som er et gruppeforløb. **Første gang du skal besvare skemaet er inden dit første fremmøde i gruppeforløbet.** Derudover skal du besvare spørgeskemaet **midtvejs og til slut i forløbet.** Medarbejderen fra Arbejdsmedicin vil orientere dig mere præcist om, hvornår skemaet skal besvares midtvejs og til slut.

Besvar spørgeskemaet **2-5 dage** før dine fremmøder (se datoer i indkaldelsesbrevet).

Sådan besvarer du spørgeskemaet

- Besvar spørgeskemaet på hjemmesiden: pro-stress2.rm.dk.
- Indtast dit telefonnummer.
- Du modtager nu en kode på SMS
- Indtast koden, log ind, og start din besvarelse.

Hvad sker der, når du har svaret?

Medarbejderen ser på dine svar i forbindelse med dit fremmøde. Ved behov for uddybelse af dine svar, kontakter medarbejderen dig under forløbet.

Har du spørgsmål eller brug for hjælp?

Kontakt personalet på Arbejdsmedicin, hvis du har problemer med at udfylde skemaet eller har andre spørgsmål på tlf. 78 43 35 00 alle hverdage fra kl 8-14.