

કાર્ય ઉત્પાદકતા અને પ્રવૃત્તિના ઘટાડાની પ્રશ્નાવલિ:
આમવાતી સંધિવા આવૃત્તિ V2.0 (WPAI:RA)

નીચેના પ્રશ્નોમાં આમવાતી સંધિવાને કારણે, તમારી કામ કરવાની ક્ષમતા અને પ્રવૃત્તિઓ પર શી અસર થાય છે તે વિશે પૂછવામાં આવ્યું છે. કૃપા કરીને સૂચવ્યા પ્રમાણે ખાલી જગ્યા પૂરો અથવા સંખ્યા પર વર્તુળ કરો.

1. શું અત્યારે તમે નોકરી કરો છો (કામને બદલે વેતન મેળવો છો)? _____ના _____હા
જો ના, તો "ના" ખાનામાં નિશાની કરી સીધા જ પ્રશ્ન 6નો જવાબ આપો.

આગળનાં પ્રશ્નો, છેલ્લા સાત દિવસો અંગે છે, જેમાં આજનો સમાવેશ થતો નથી.

૨. છેલ્લા સાત દિવસો દરમિયાન તમારા આમવાતી સંધિવાને કારણે કામકાજના તમે કેટલા કલાક ગુમાવ્યા? આમાં તમારા આમવાતી સંધિવાને કારણે તમારે જે દિવસોમાં રજા લેવી પડી હોય, મોડા પહોંચી શકાયું હોય કે વહેલા ઘેર જતા રહેવું પડ્યું હોય વગેરેના કલાકો સામેલ કરો. આ અભ્યાસમાં ભાગ લેવા માટે જે સમય ગુમાવ્યો હોય તેની ગણતરી ના કરો.

_____કલાક

૩. છેલ્લા સાત દિવસો દરમિયાન તમે બીજા કોઈપણ કારણસર, જેમ કે અંગત રજાઓ, રજાઓ, આ અભ્યાસમાં ભાગ લેતા ગયેલા સમયને કારણે કામકાજના કેટલા કલાક ગુમાવ્યા?

_____કલાક

૪. છેલ્લા સાત દિવસો દરમિયાન તમે ખરેખર કેટલા કલાક કામ કર્યું?

_____કલાક (જો "0" હોય તો, સીધો જ પ્રશ્ન 6નો જવાબ આપો)

5. છેલ્લા સાત દિવસો દરમિયાન, કામ કરતી વેળાએ તમારી કાર્યક્ષમતા પર તમારા આમવાતી સંધિવાએ કેટલી અસર પાડી છે?

એવા દિવસો વિશે વિચારો, જેમાં તમે કામની માત્રા અથવા કામના પ્રકારમાં મર્યાદિત રહ્યા હો, અથવા તમે ઈચ્છતા હો તેના કરતા ઓછા દિવસનું કામ પૂરું કરી શક્યા હો અથવા દરરોજની જેમ તમે કાળજીપૂર્વક કામ કરી ન શક્યા હો. જો આમવાતી સંધિવાએ તમારા કામ પર માત્ર થોડી જ અસર પહોંચાડી હોય, તો એક નાનો આંકડો પસંદ કરો. જો આમવાતી સંધિવાએ તમારા કામ પર ઘણી અસર પહોંચાડી હોય, તો એક મોટો આંકડો પસંદ કરો.

કામ કરતી વેળાએ તમારી કાર્યક્ષમતા પર તમારા આમવાતી સંધિવાએ
કેટલી અસર પાડી છે ફક્ત તેને ધ્યાનમાં લો

આમવાતી સંધિવાથી મારા કામ પર અસર નહોતી પડતી	<hr style="width: 100%;"/>	આમવાતી સંધિવા મને સંપૂર્ણપણે કામ કરતા અટકાવી દેતો હતો
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	

આંકડા પર વર્તુળ કરો

6. છેલ્લા સાત દિવસો દરમિયાન, નોકરી પરના કામ સિવાય તમારી રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ કરવાની તમારી ક્ષમતામાં તમારા આમવાતી સંધિવાને લીધે કેટલી અસર પડી છે?

રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓનો અર્થ કે તમે સામાન્યપણે બનતી પ્રવૃત્તિ કરો છો તે, જેમ કે ઘરની અંદરનું ઉપરાંત કામ, ખરીદી, બાળકોની કાળજી, કસરત, અભ્યાસ કરવો, વગેરે. એવા સમયો વિશે વિચારો જેમાં તમે પ્રવૃત્તિની માત્રા અથવા પ્રવૃત્તિના પ્રકારમાં મર્યાદિત રહ્યા હો, અથવા એ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ કરી શક્યા હો, અથવા તમે ઈચ્છતા હો તેના કરતા ઓછા દિવસની પ્રવૃત્તિ પૂરી કરી શક્યા હો. જો આમવાતી સંધિવાએ તમારી પ્રવૃત્તિઓ પર માત્ર થોડી જ અસર પહોંચાડી હોય, તો એક નાનો આંકડો પસંદ કરો. જો આમવાતી સંધિવાએ તમારી પ્રવૃત્તિઓ પર ઘણી અસર પહોંચાડી હોય, તો એક મોટો આંકડો પસંદ કરો.

નોકરી પરના કામ સિવાય, તમારી રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ કરવાની તમારી ક્ષમતામાં તમારા આમવાતી સંધિવાને લીધે કેટલી અસર પડી છે ફક્ત તેને ધ્યાનમાં લો

આમવાતી સંધિવાથી મારી રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ પર અસર નહોતી પડતી	<hr style="width: 100%;"/>	આમવાતી સંધિવા સંપૂર્ણપણે મને મારી રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ કરતાં અટકાવી દેતો હતો
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	

આંકડા પર વર્તુળ કરો