

**Rīgas Stradiņa universitāte**  
Psiholoģijas laboratorija  
Testu un aptauju reģistrs

**1. Instrumenta nosaukums latviešu valodā, autora vārds uzvārds, adaptācijas vai izveides gads:**

Vienaldzīgas strādāšanas aptauja (*Galanis et al.*, 2023) adaptēja Lankrete un Hofmane, 2024

**2. Instrumenta nosaukums oriģinālvalodā (adaptētajam instrumentam), autora vārds uzvārds, izveides gads:**

Quiet Quitting scale (*Galanis et al.*, 2023)

**3. Instrumenta vispārīgs raksturojums (ko mēra, cik un kādas skalas un jautājumi, atbilžu sniegšanas forma, atslēga jeb atbilžu interpretācija u.c.):**

Vienaldzīga strādāšana jeb sabiedrībā zināmais Quiet Quitting raksturo procesu, kad darbinieks kaut kādu iemeslu dēļ nevar atļauties aiziet prom no darba, bet pārstāj censties un pilda savus darbus minimāli. Lai gan šis psiholoģiskais process ieguva nosaukumu 2022.gadā, ir svarīgi uzsvērt, ka šī problēma ir eksistējusi gadu desmitiem pirms tai tika iedots vārds. Šis termins tiek raksturots kā situācija, kad darbinieks ilgtermiņā neizjūtot gandarījumu, prieku (un citus apmierinātības ar darbu rādītājus) turpina strādāt, taču bez ieinteresētības un iesaistīšanās, tātad bez pašiniciatīvas. Vienkārši izsakoties, darbinieks pārstāj censties dažādu iemeslu dēļ, no kuriem viens ir tāds, ka iepriekšējie centieni vai idejas nav tikušas novērtētas. Vienaldzīga strādāšana ir kļuvusi kā sociāla kustība, kas var draudēt darba produktivitātei. Lai gan šis process tiek atdalīts no izdegšanas, ir svarīgi atcerēties, ka vienaldzīgai strādāšanai tomēr ir saistības ar izdegšanu un izdegšanas pazīmēm.

Vienaldzīgas strādāšanas aptauja ir instruments, ar kuras palīdzību var novērtēt, cik lielā mērā personai ir vienaldzīga attieksme pret darbu un darba pienākumiem. Šis instruments mēra gan kopējo vienaldzīgo strādāšanu, gan sīkāk - vienaldzīgas strādāšanas apakšskalas: atsvešinātība, pašiniciatīvas trūkums un motivācijas trūkums.

Šī aptauja ir derīga gan individuālajai izpētei lai noteiktu vienaldzīgas strādāšanas līmeni, kā arī psiholoģiskajai pētniecībai. Pētniecībā šos datus var ievākt arī retrospektīvi, kur dalībniekam ir jāatceras par savām izjūtām, kad viņš bija nodarbināts, jo darbinieks mēdz aiziet no darba tieši vienaldzīgas strādāšanas dēļ un ne vienmēr paliek savā darba vietā. Lai izprastu, vai dalībniekam grūtības sagādāja iepriekšējā darba vieta, ir vērts apskatīt arī vienaldzīgas strādāšanas līmeni tieši retrospektīvi. Šis instruments var palīdzēt saprast, vai darbinieks tika atstādināts no darba vienaldzīgas strādāšanas dēļ, vai tomēr kāda cita iemesla dēļ. Ja rezultāti personai neuzrāda vienaldzīgo strādāšanu, tad dalībniekam ir jāturpina izpēte balstoties uz izteiktajām grūtībām un sūdzībām.

**4. Informācija par instrumenta lietošanas noteikumiem:**

Latviskotā versija ir Psiholoģijas laboratorijas rīcībā, taču mūsu rīcībā nav informācijas par instrumenta izmantošanas nosacījumiem, tādēļ lūdzam vērsties pie oriģināla autora ar lūgumu izmantot latviski adaptēto instrumentu sava darba vajadzībām un vienoties par nosacījumiem. Rakstiski saņemtā atļauja un nosacījumi ir jāiesūta Psiholoģijas laboratorijas testu un aptauju

reģistra atbildīgajai kontaktpersonai (skat. reģistra web). Pēc tam, balstoties uz no oriģināla autora/-u/autortiesību aģentūras saņemto informāciju un Jūsu iesniegumu, izsniegsim Jums instrumentu.

**5. Pamatinformācija par adaptētā vai izveidotā instrumenta psihometriskajiem rādītājiem (piem. Kronbaha alfas koeficients) un/vai izlases raksturojums:**

	Oriģinālā versija	Adaptētā versija
Kopējais rādītājs	$\alpha = 0,80$	$\alpha = 0,85$
Atsvešinātības skala	$\alpha = 0,70$	$\alpha = 0,76$
Pašiniciatīvas trūkuma skala	$\alpha = 0,70$	$\alpha = 0,74$
Motivācijas trūkuma skala	$\alpha = 0,75$	$\alpha = 0,86$

*Informācija sagatavota RSU Psiholoģijas laboratorijā.*

*Ja Jums rodas jautājumi par šo aprakstu, interesē RSU adaptētie vai izveidotie instrumenti, to pieejamība, izmantošanas iespējas, kā arī rodas jebkuri jautājumi saistībā ar testu un aptauju reģistru, sazinieties ar Psiholoģijas laboratorijas testu un aptauju reģistra atbildīgo kontaktpersonu. Kontaktinformāciju meklējiet reģistra mājas lapā: <https://www.rsu.lv/psihologijas-laboratorija/testu-aptauju-registrs>*