



Znalecký ústav bezpečnosti a ochrany zdraví, z.ú.

VÝSLEDKY PROVEDENÉHO DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ "PŘÍNOSY A ÚSKALÍ HOME OFFICE"

Výzkumná zpráva

Sp. zn.:	407-036/2022	
Autoři:	doc. RNDr. Mgr. Petr A. Skřehot, Ph.D., MSc., dr.h.c. Ing. Jakub Marek, MSc. RNDr. Ing. Marcela Skřehotová, MSc. Ing. David Vaneč, DiS.	
Projekt:	Výzkum pracovních rizik vznikajících při práci v režimu „homeoffice“ s akcentem na analýzu dopadů práce z domova na úroveň zajištění BOZP v různých odvětvích a na úspěšnost implementace opatření proti předcházení pracovním úrazům a nemocem z povolání (Etapa 2)	
Zadavatel:	Svaz průmyslu a dopravy ČR	
Datum:	5.12.2022	
Verze:	1	
Razítko a podpis:		

Obsah

Abstrakt.....	3
1. Popis provedeného dotazníkového šetření	3
1.1. Účel a cíl	3
1.2. Způsob zpracování sebraných dat	4
2. Výsledky	6
2.1. Popisná část.....	6
2.2. Referenční část.....	14
2.3. Indikativní část.....	21
3. Vyhodnocení	70
4. Použitá literatura.....	76
Příloha 1: Použitý online dotazník.....	77

Abstrakt

Tento dokument shrnuje výsledky provedeného dotazníkového šetření, které bylo provedeno v rámci projektu pracovně označovaného jako HOME OFFICE. Šetření proběhlo v rozmezí dvou týdnů, a to od 27. 5. 2022 do 10. 6. 2022. Sběr dat zajistil Svaz průmyslu a dopravy ČR mezi svými členy. Žádost o vyplnění dotazníku bylo rozesláno cca 1 000 zaměstnavatelům, a to prostřednictvím e-mailových zpráv. Celkem dotazník zcela vyplnilo 476 respondentů, což představuje dostatečně statisticky robustní vzorek, který může poskytnout relevantní a objektivní informace o problematice využívání práce z domova v praxi. Vyhodnocení a interpretaci výsledků provedli pracovníci Znaleckého ústavu bezpečnosti a ochrany zdraví, a to způsobem dle Metodiky pro sběr a vyhodnocení dat (č.j. 407-044/2021).

1. Popis provedeného dotazníkového šetření

1.1. Účel a cíl

Hlavním cílem provedeného výzkumu bylo zmapovat postoje a názory cílové skupiny respondentů, kterými jsou zaměstnanci, kteří pracují anebo pracovali z domova (tj. v režimu home office). Snahou tohoto šetření bylo získat informace (zpětnou vazbu) o tom, jak home office těmto zaměstnancům ovlivnil život a jak tito lidé vnímají jednotlivé aspekty, které tato forma práce přináší.

Kromě základní deskriptivní statistiky, je cílem výzkumu provést multifaktorovou analýzu, jejíž výsledky by byly porovnatelné s již publikovanými daty (např. [8], [9], [10], [11]). Multifaktorová analýza se zaměřuje na tyto klíčové oblasti:

- Rovnováha mezi pracovním a soukromým životem.
- Efektivita práce z domova.
- Organizace a řízení práce z domova.
- Omezení plynoucí z home office.
- Nejistoty plynoucí z home office.
- Nedostatečné nástroje pro práci z domova.
- Bezpečnost a ochrana zdraví při práci z domova.

Finální podoba dotazníku, který byl pro šetření použit, je uveden v Příloze. Dotazník je strukturován tak, aby obsahoval níže uvedené tři části, z nichž část indikativní je určena pro provedení multifaktorové analýzy:

- **Popisnou** – zaměřuje se na získání obecných přehledových a demografických dat vztahujících se k jednotlivým respondentům.

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

- **Referenční** – zaměřuje se na získání informací o podmínkách výkonu práce v režimu home office u jednotlivých respondentů.
- **Indikativní** – zaměřuje se na získání informací o dopadech práce z domova na jednotlivé respondenty, zejména na jejich pracovní a soukromý život, organizaci, řízení a efektivitu práce, omezení a životní nejistoty plynoucí z home office a na bezpečnost a ochrana zdraví při práci.

1.2. Způsob zpracování sebraných dat

Sebrané dotazníky byly vyhodnoceny ve dvou krocích. Prvním krokem byla prostá sumarizace sebraných dat, která byla provedena v prostředí Google Forms. Druhým krokem bylo převedení takto získaných dat do aplikace MS Excel, v němž bylo provedeno deskriptivní vyhodnocení jednotlivých otázek a vytvoření příslušných grafů (sloupcové a koláčové).

Výstupem vyhodnocení **popisné části dotazníku** (tj. otázky č. 1 až 8) jsou přehledy o jednotlivých odpovědích, a to v podobě ukazatele absolutního počtu responzí, resp. jejich procentuálního podílu, doplněných o sloupcové grafy.

Výstupem vyhodnocení **referenční části dotazníku** jsou v případě otázek, u nichž je možná pouze jediná odpověď, přehledy o odpovědích, a to v podobě ukazatele absolutního počtu responzí doplněných o koláčové grafy. U otázek č. 16 a 17, které umožňovaly uvést více odpovědí, byly výsledky vyjádřeny absolutním počtem responzí, resp. jejich procentuálním podílem, doplněné o sloupcové grafy.

Odpovědi na otázku č. 9 ("Umožňoval váš zaměstnavatel práci v režimu home office už před pandemií COVID-19?") byly podrobněji analyzovány pro různé skupiny respondentů, tj. pro různé druhy činností prováděných danou organizací (viz odpovědi na otázku č. 2: "Jaká je převažující činnost vaší organizace podle kódů CZ-NACE?") a pro různé druhy vykonávaných činností zaměstnance (viz odpovědi na otázku č. 8: "Jaký byl převažující charakter Vaší práce před nástupem na home office?"). Odpovědi na otázku č. 10 ("Pracoval/a jste Vy z domova už před pandemií COVID-19?") byly provázány s odpověďmi na otázku č. 3 ("Jaké je Vaše postavení ve firmě/organizaci?"). Otázky č. 15 a 16 byly vyhodnoceny za využití sloupcových grafů, které prezentují procentuální zastoupení jednotlivých odpovědí. Současně byly analyzovány i kombinace jednotlivých variant odpovědí, neboť respondenti měli v případě těchto dvou otázek možnost vybírat více odpovědí.

Výstupem vyhodnocení **indikativní části dotazníku** jsou jednak přehledy o jednotlivých odpovědích, a to v podobě ukazatele absolutního počtu responzí, resp. jejich procentuálního podílu, doplněných o sloupcové grafy a jednak multifaktorová analýza. Ta představuje hlavní výsledek provedeného šetření. Tato část dotazníkového šetření je reprezentována otázkou č. 14 ("Jak změnila práce z domova Váš pracovní život? Vyjádřete se k níže uvedeným tvrzením"), která zahrnovala celkem 49 samostatných tvrzení). Varianty odpovědí byly vždy stejné: zcela souhlasím / částečně souhlasím / nevím / částečně nesouhlasím / zcela nesouhlasím. Pro multifaktorovou

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

analýzu bylo nutné těmto odpovědím přiřadit jednotlivé skóre (tj. body 1 až 5 dle Likertovy škály), přičemž u tzv. pozitivně koncipovaných otázek bylo hodnocení následující:

- zcela souhlasím = 5 bodů,
- částečně souhlasím = 4 body,
- nevím = 0 bodů,
- částečně nesouhlasím = 2 body a
- zcela nesouhlasím = 1 bod.

V případě negativně koncipovaných otázek bylo hodnocení následující:

- zcela souhlasím = 1 bod,
- částečně souhlasím = 2 body,
- nevím = 0 bodů,
- částečně nesouhlasím = 4 body a
- zcela nesouhlasím = 5 bodů.

Jednalo se o stejný způsob vyhodnocení, které použil také Ipsen a kol. [11]. Následně byla jednotlivá tvrzení, resp. odpovědi na ně, seskupeny do sedmi grup charakterizujících vždy jednu z hodnocených oblastí. Následně byl v každé grupě vypočítán prostý průměr všech skóre a výsledná hodnota byla vynesena do pavučinového grafu. V něm byly jednotlivé faktory řazeny v tomto pořadí:

- Rovnováha mezi pracovním a soukromým životem.
- Efektivita práce z domova.
- Organizace a řízení práce z domova.
- Omezení plynoucí z home office.
- Nejistoty plynoucí z home office.
- Nedostatečné nástroje pro práci z domova.
- Bezpečnost a ochrana zdraví při práci z domova.

Tímto způsobem bylo možné získat kvalitativně stejné výsledky, jaké uváděl ve své studii Ipsen a kol., takže je bylo možné následně vzájemně porovnat a interpretovat zjištěné rozdíly. Do této komparační analýzy nicméně nebyl zahrnut faktor "Bezpečnost a ochrana zdraví při práci z domova", který Ipsen a kol. nezkoumali. V našem přístupu tak byl tento faktor vyhodnocen samostatně, resp. pouze v rámci jednoduché multifaktorové analýzy.

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

2. Výsledky

2.1. Popisná část

Otázka 1: V jakém kraji se nachází Vaše standardní pracoviště?

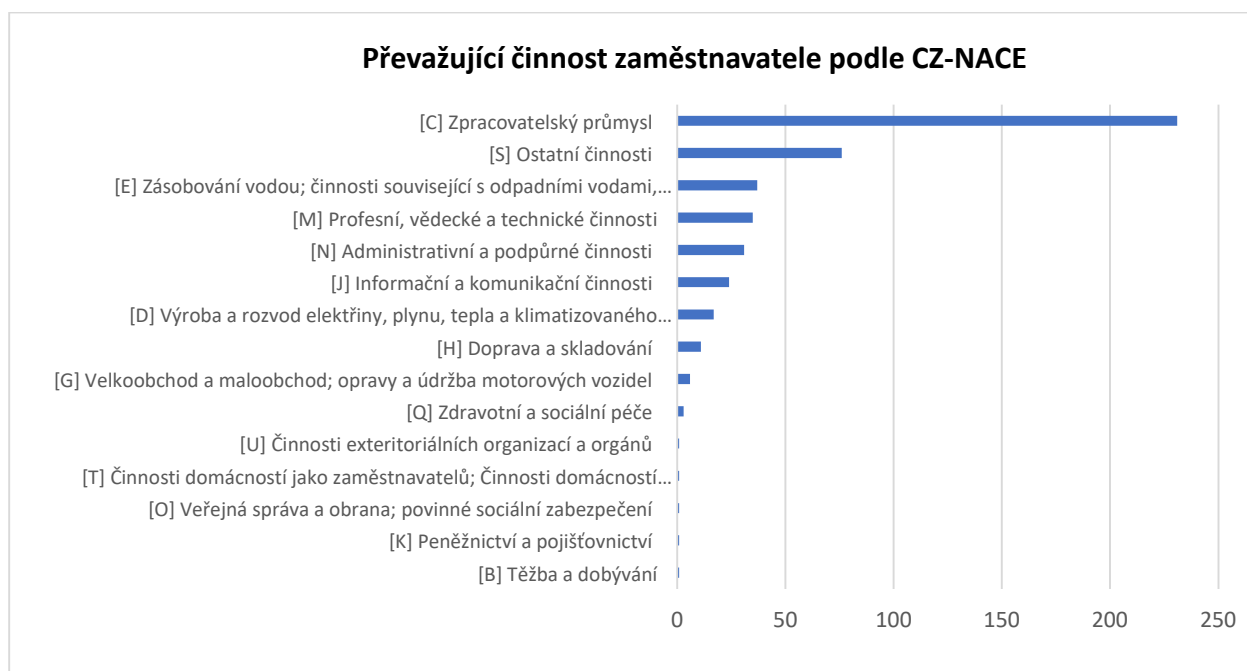
Varianty odpovědí (sestupně)	Počet respondentů	
Moravskoslezský kraj	190	39,9%
Liberecký kraj	103	21,6%
Zlínský kraj	61	12,8%
Královehradecký kraj	48	10,1%
Ústecký kraj	29	6,1%
Hlavní město Praha	19	4,0%
Jihomoravský kraj	8	1,7%
Středočeský kraj	7	1,5%
Kraj Vysočina	6	1,3%
Plzeňský kraj	3	0,6%
Olomoucký kraj	2	0,4%
Jihočeský kraj	0	0,0%
Karlovarský kraj	0	0,0%
Pardubický kraj	0	0,0%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 2: Jaká je převažující činnosti vaší organizace podle kódů CZ-NACE?

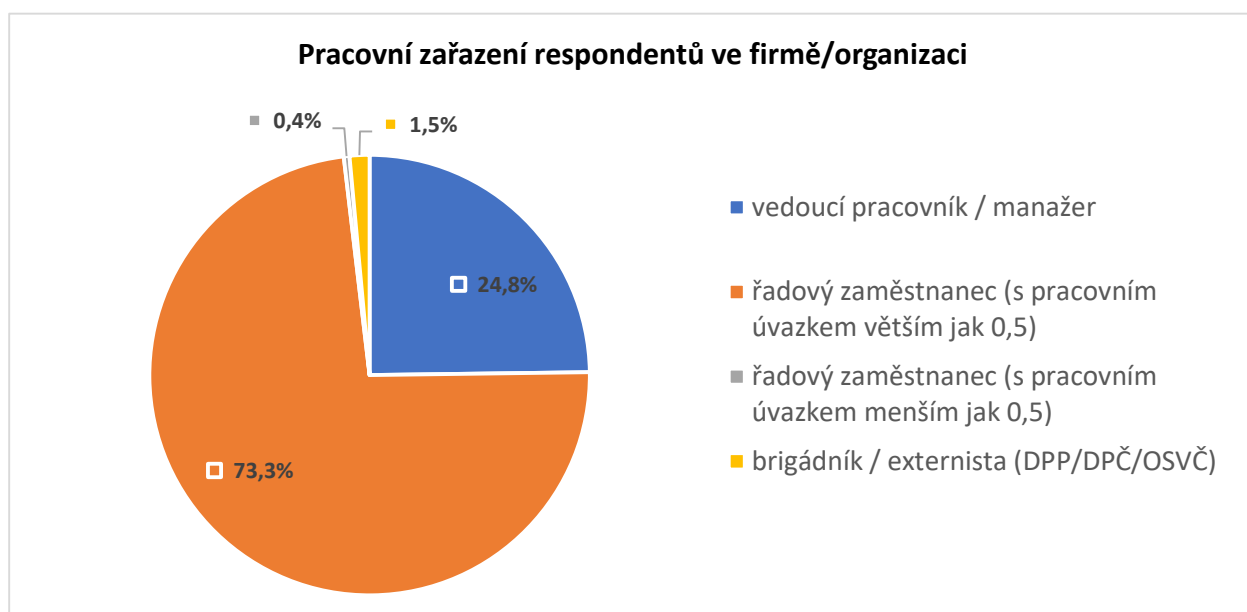
Varianty odpovědí (sestupně)	Počet respondentů	
[C] Zpracovatelský průmysl	231	48,5%
[S] Ostatní činnosti	76	16,0%
[E] Zásobování vodou; činnosti související s odpadními vodami, odpady a sanacemi	37	7,8%
[M] Profesní, vědecké a technické činnosti	35	7,4%
[N] Administrativní a podpůrné činnosti	31	6,5%
[J] Informační a komunikační činnosti	24	5,0%
[D] Výroba a rozvod elektřiny, plynu, tepla a klimatizovaného vzduchu	17	3,6%
[H] Doprava a skladování	11	2,3%
[G] Velkoobchod a maloobchod; opravy a údržba motorových vozidel	6	1,3%
[Q] Zdravotní a sociální péče	3	0,6%
[B] Těžba a dobývání	1	0,2%
[K] Peněžnictví a pojišťovnictví	1	0,2%
[O] Veřejná správa a obrana; povinné sociální zabezpečení	1	0,2%
[T] Činnosti domácností jako zaměstnavatelů; Činnosti domácností produkujících blíže neurčené výrobky a služby pro vlastní potřebu	1	0,2%
[U] Činnosti exteritoriálních organizací a orgánů	1	0,2%
Ostatní činnosti dle kódů CZ-NACE	0	0%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 3: Jaké je Vaše postavení ve firmě/organizaci?

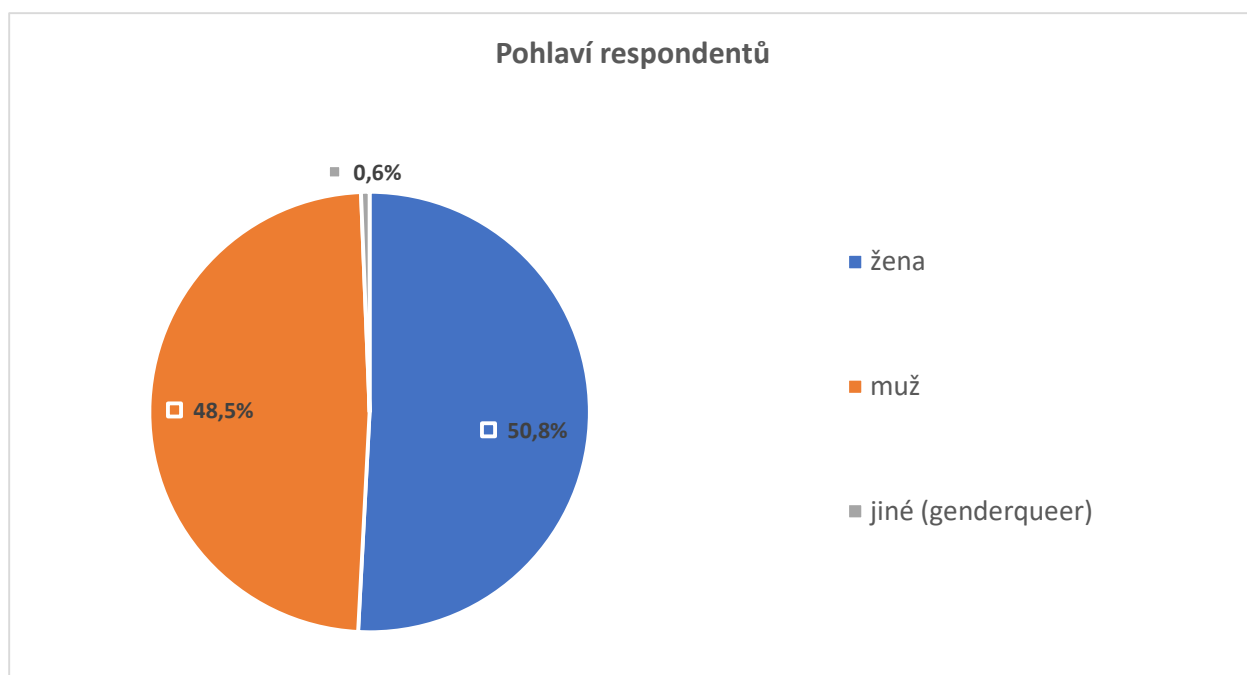
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
vedoucí pracovník / manažer	118	24,8%
řadový zaměstnanec (s pracovním úvazkem větším jak 0,5)	349	73,3%
řadový zaměstnanec (s pracovním úvazkem menším jak 0,5)	2	0,4%
brigádník / externista (DPP/DPČ/OSVČ)	7	1,5%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 4: Jak je Vaše pohlaví?

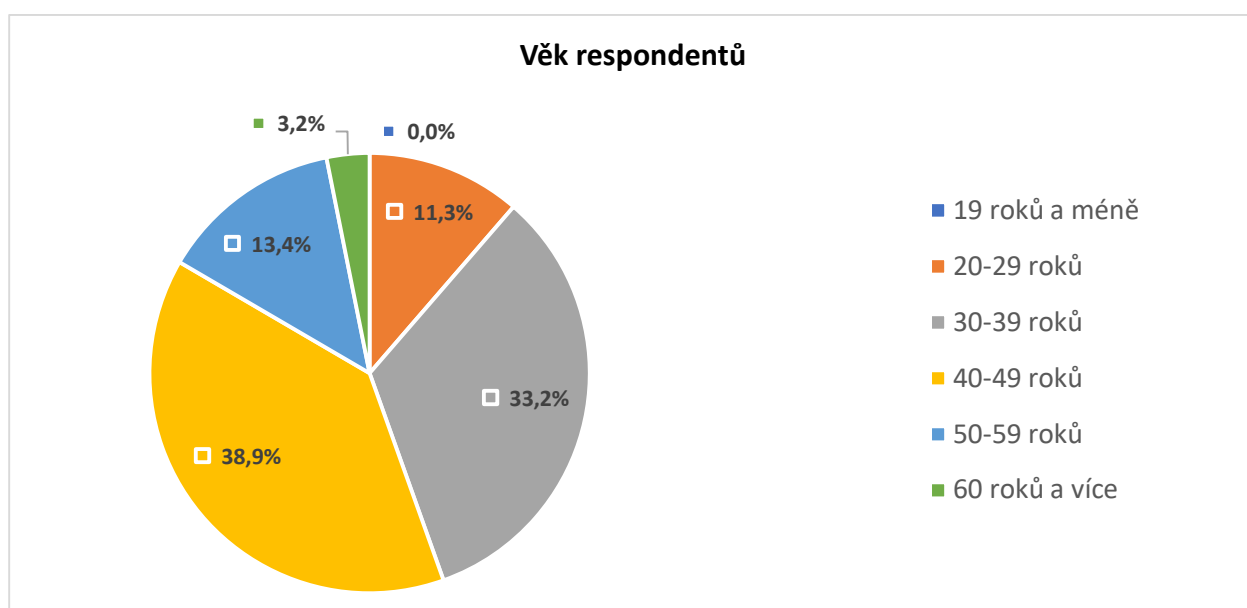
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
žena	242	50,8%
muž	231	48,5%
jiné (genderqueer)	3	0,6%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Otázka 5: Jaký je Váš věk?

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
19 roků a méně	0	0,0%
20-29 roků	54	11,3%
30-39 roků	158	33,2%
40-49 roků	185	38,9%
50-59 roků	64	13,4%
60 roků a více	15	3,2%

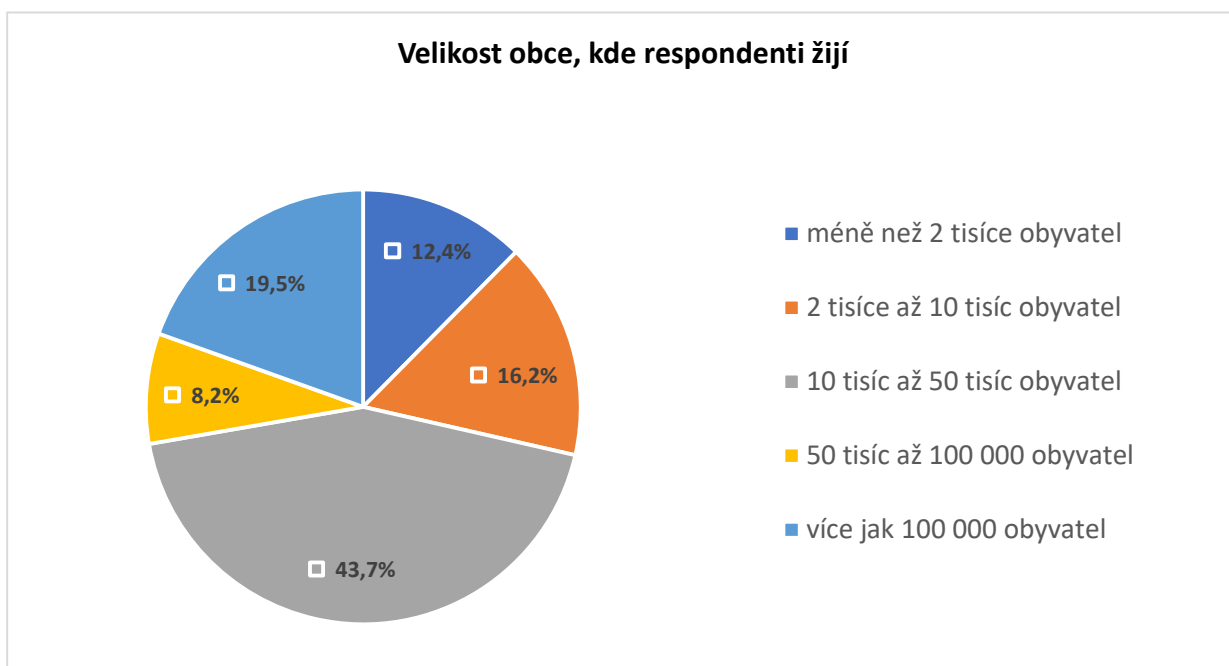
Celkem	476	100,0%
---------------	------------	---------------



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 6: V jak velké obci se nachází Vaše domácí pracoviště?

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
méně než 2 tisíce obyvateli	59	12,4%
2 tisíce až 10 tisíc obyvatel	77	16,2%
10 tisíc až 50 tisíc obyvatel	208	43,7%
50 tisíc až 100 000 obyvatel	39	8,2%
více jak 100 000 obyvatel	93	19,5%
Celkem	476	100,0%

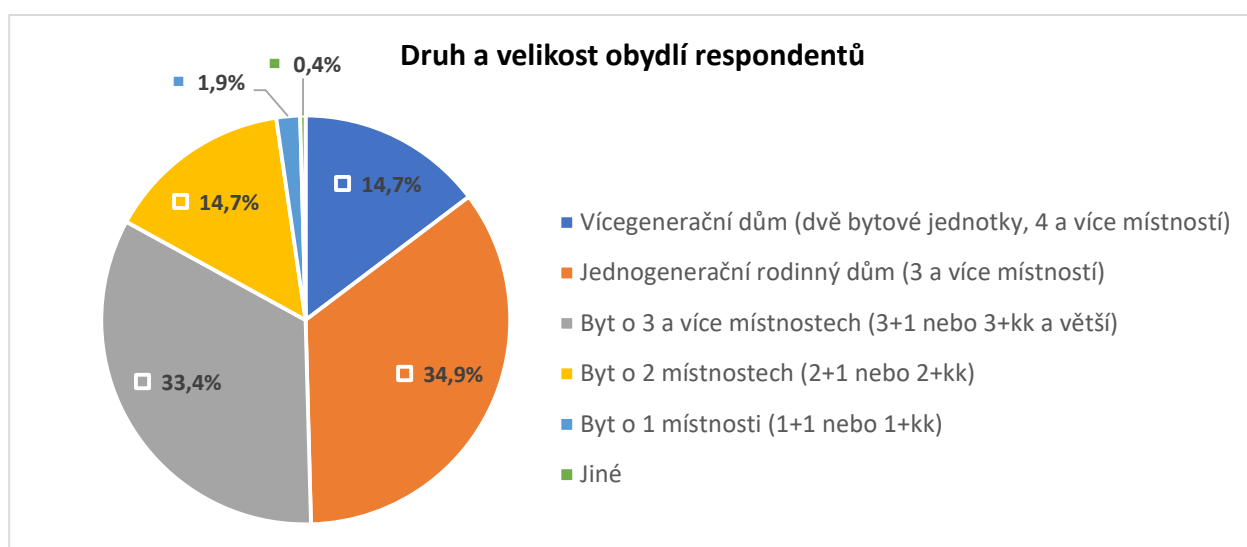


Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 7: Jak velký prostor máte pro práci v rámci home office k dispozici?

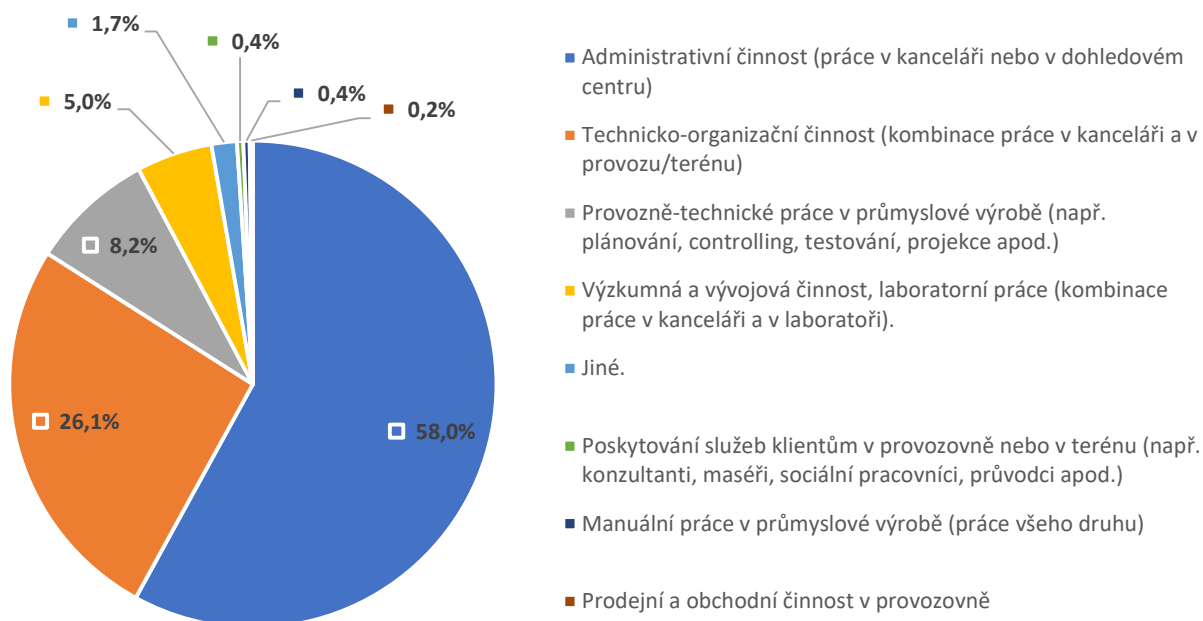
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
Vícegenerační dům (dvě bytové jednotky, 4 a více místností)	70	14,7%
Jednogenerační rodinný dům (3 a více místností)	166	34,9%
Byt o 3 a více místnostech (3+1 nebo 3+kk a větší)	159	33,4%
Byt o 2 místnostech (2+1 nebo 2+kk)	70	14,7%
Byt o 1 místnosti (1+1 nebo 1+kk)	9	1,9%
Jiné	2	0,4%

Celkem	476	100,0%
---------------	------------	---------------



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Otázka 8: Jaký byl převažující charakter Vaší práce před nástupem na home office?

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
Administrativní činnost (práce v kanceláři nebo v dohledovém centru)	276	58,0%
Technicko-organizační činnost (kombinace práce v kanceláři a v provozu/terénu)	124	26,1%
Provozně-technické práce v průmyslové výrobě (např. plánování, controlling, testování, projekce apod.)	39	8,2%
Výzkumná a vývojová činnost, laboratorní práce (kombinace práce v kanceláři a v laboratoři).	24	5,0%
Jiné.	8	1,7%
Poskytování služeb klientům v provozovně nebo v terénu (např. konzultanti, maséři, sociální pracovníci, průvodci apod.)	2	0,4%
Manuální práce v průmyslové výrobě (práce všeho druhu)	2	0,4%
Prodejní a obchodní činnost v provozovně	1	0,2%
Pedagogická činnost, školení osob (prezenční výuka na pracovišti, u zákazníků apod.)	0	0,0%
Řízení dopravních prostředků (osobní a nákladní doprava vč. vnitropodnikové)	0	0,0%
Řemeslná činnost, drobná výroba nebo komunální služby (v dílně nebo u zákazníků)	0	0,0%
Manuální práce ve stavebnictví (práce všeho druhu)	0	0,0%
Manuální práce v gastronomii a výrobě potravin	0	0,0%
Manuální práce v zemědělské výrobě, lesnictví nebo rybářství (převážně v terénu)	0	0,0%
Celkem	476	100,0%

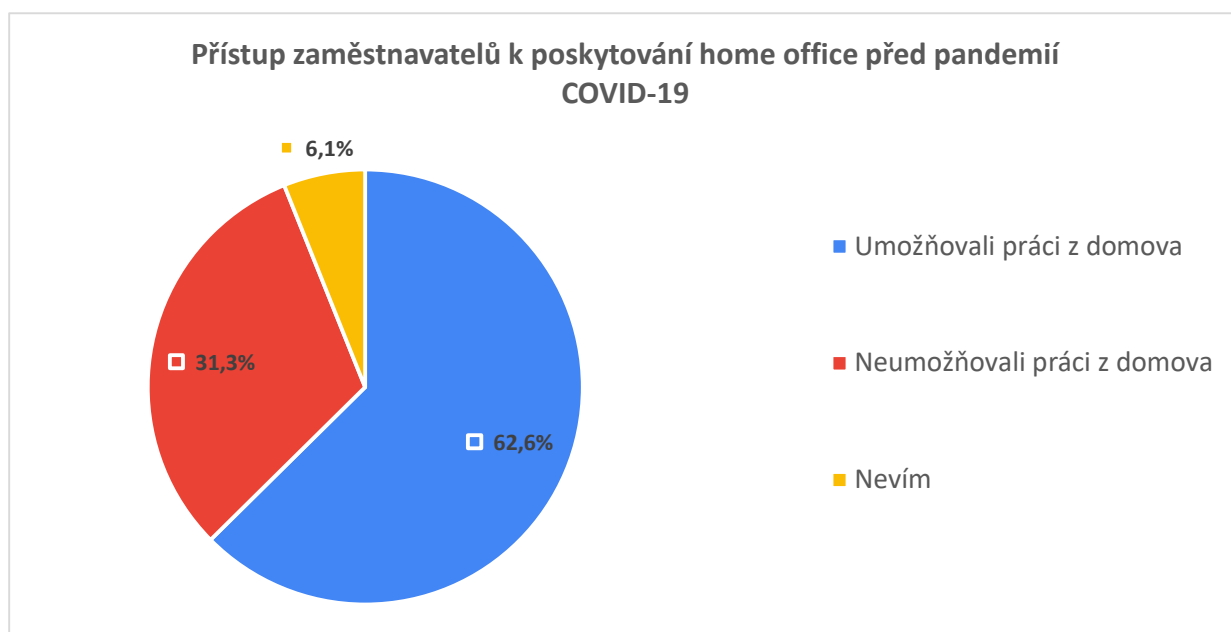
Převažující charakter práce respondentů před nástupem na home office


Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

2.2. Referenční část

Otázka 9: Umožňoval váš zaměstnavatel práci v režimu home office už před pandemií COVID-19?

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
Umožňoval práci z domova	298	62,6%
Neumožňoval práci z domova	149	31,3%
Nevím	29	6,1%
Celkem	476	100,0%

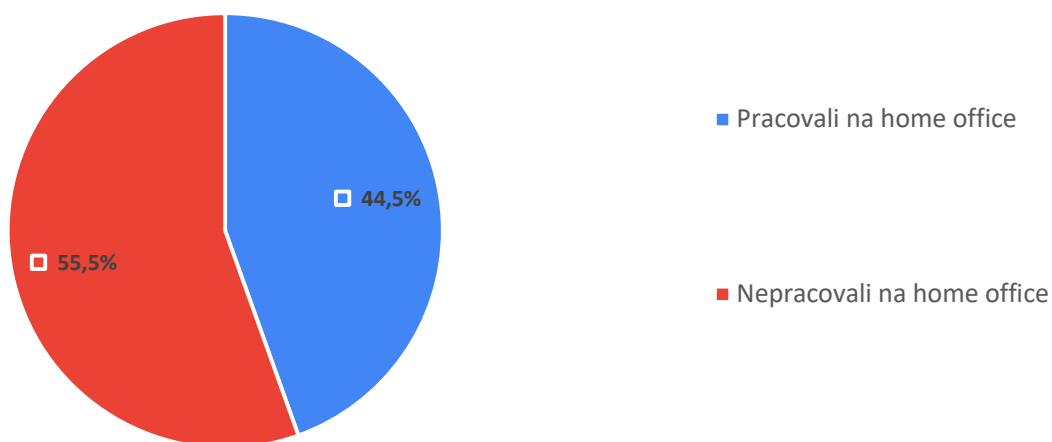


Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 10: Pracoval/a jste z domova (i jen částečně) už před pandemií COVID-19?

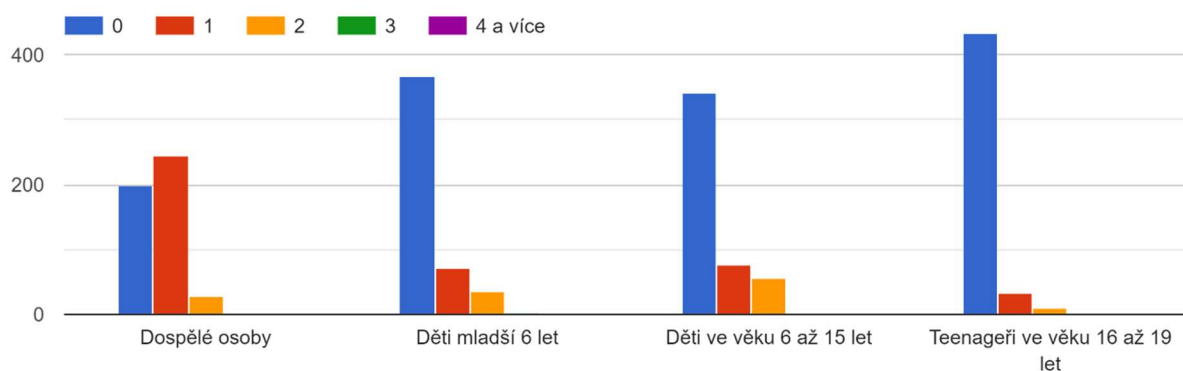
Varianty odpovědi	Počet respondentů	
Ano	212	55,5%
Ne	264	44,5%
Celkem	476	100,0%

Podíl respondentů, kteří pracovali z domova (i jen částečně) už před pandemií COVID-19



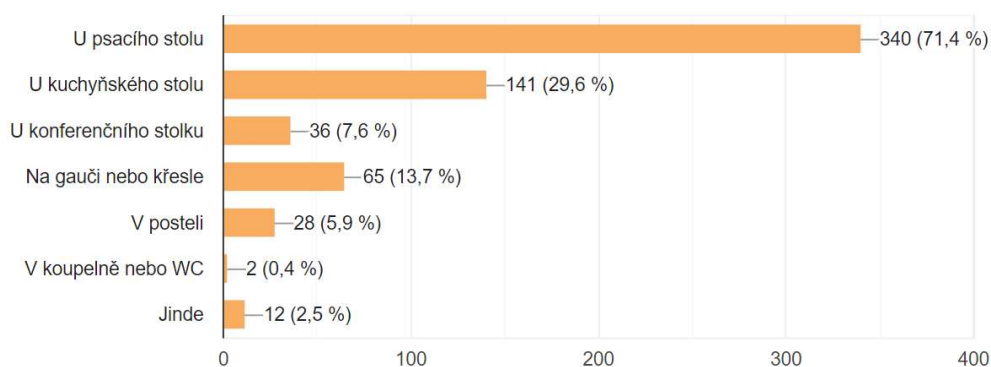
Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 11: Kolik dalších osob s Vámi sdílí prostor, kde pracujete na home office?



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 12: Na jakém místě nejčastěji doma pracujete?

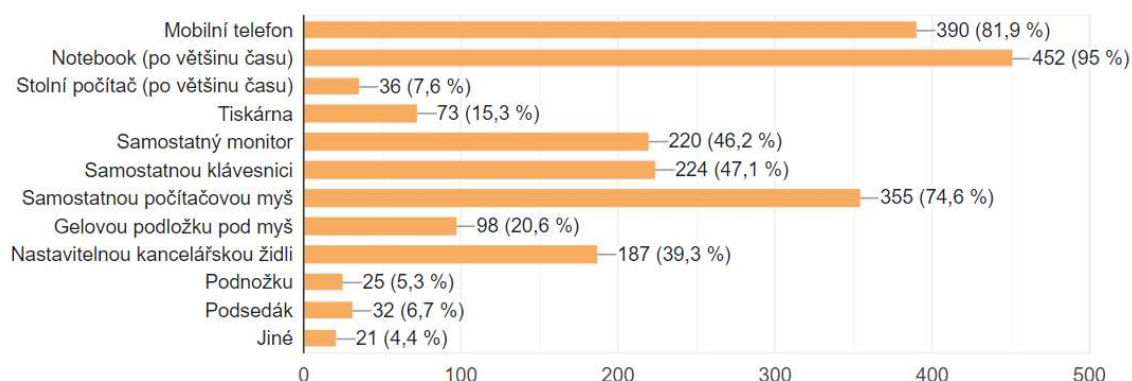


Respondenti měli možnost zaškrtnout jakoukoli z uvedených možností:

- U psacího stolu
- U kuchyňského stolu
- U konferenčního stolku
- Na gauči nebo křesle
- V posteli
- V koupelně nebo WC
- Jinde

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 13: Jaké vybavení pro svou práci na home office obvykle používáte?



Respondenti měli možnost zaškrtnout jakoukoli z uvedených možností:

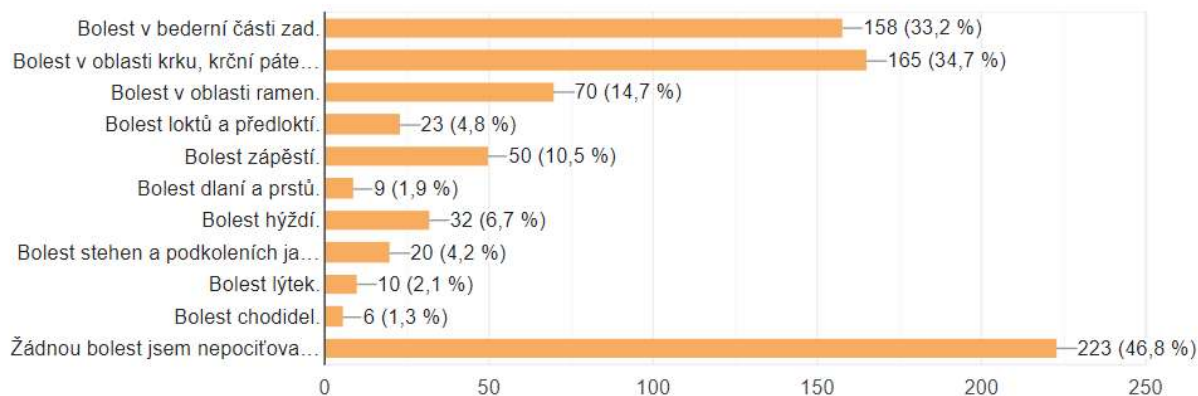
- Mobilní telefon
- Notebook (po většinu času)
- Stolní počítač (po většinu času)
- Tiskárna
- Samostatný monitor
- Samostatnou klávesnici
- Samostatnou počítačovou myš
- Gelovou podložku pod myš
- Nastavitelnou kancelářskou židli
- Podnožku
- Podsedák
- Jiné

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 15: Ve které části těla jste při home office pocíťoval/a bolest?

Respondenti měli možnost vybírat z níže uvedených odpovědí, přičemž bylo možné zaškrtnout více odpovědí současně:

- Bolest v bederní části zad.
- Bolest v oblasti krku, krční páteře.
- Bolest v oblasti ramen.
- Bolest loktů a předloktí.
- Bolest zápěstí.
- Bolest dlaní a prstů.
- Bolest hýždí.
- Bolest stehen a podkoleních jamek.
- Bolest chodidel.
- Žádnou bolest jsem nepocíťoval/a.

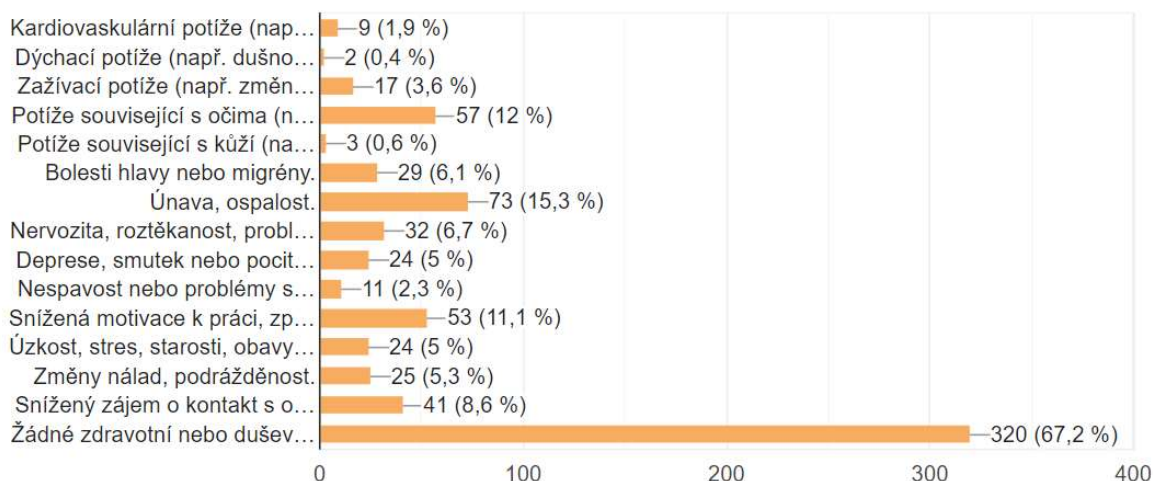


Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka 16: Jaké zdravotní a duševní obtíže jste pocíťoval/a nebo pocíťujete v důsledku home office?

Respondenti měli možnost vybírat z níže uvedených odpovědí, přičemž bylo možné zaškrtnout více odpovědí současně.

- Kardiovaskulární potíže (např. zvýšený/snížení krevní tlak, bolest na hrudi, bušení srdce, srdeční slabost).
- Dýchací potíže (např. dušnost, škrábání v krku, chrapot apod.).
- Zažívací potíže (např. změny chuti k jídlu, žaludeční potíže, potíže s vylučováním apod.).
- Potíže související s očima (např. podráždění očí, zánět spojivek, rozmazané vidění, syndrom suchého oka apod.).
- Potíže související s kůží (např. vysušená popraskaná kůže, svědění, zarudnutí/ekzémy apod.).
- Bolesti hlavy nebo migrény.
- Únava, ospalost.
- Nervozita, roztěkanost, problémy se soustředěním.
- Deprese, smutek nebo pocit letargie.
- Nespavost nebo problémy se spánkem.
- Snížená motivace k práci, zpomalené reakce, prokrastinace.
- Úzkost, stres, starosti, obavy o budoucnost.
- Změny nálad, podrážděnost.
- Snížený zájem o kontakt s ostatními lidmi.
- Žádné zdravotní nebo duševní problémy.



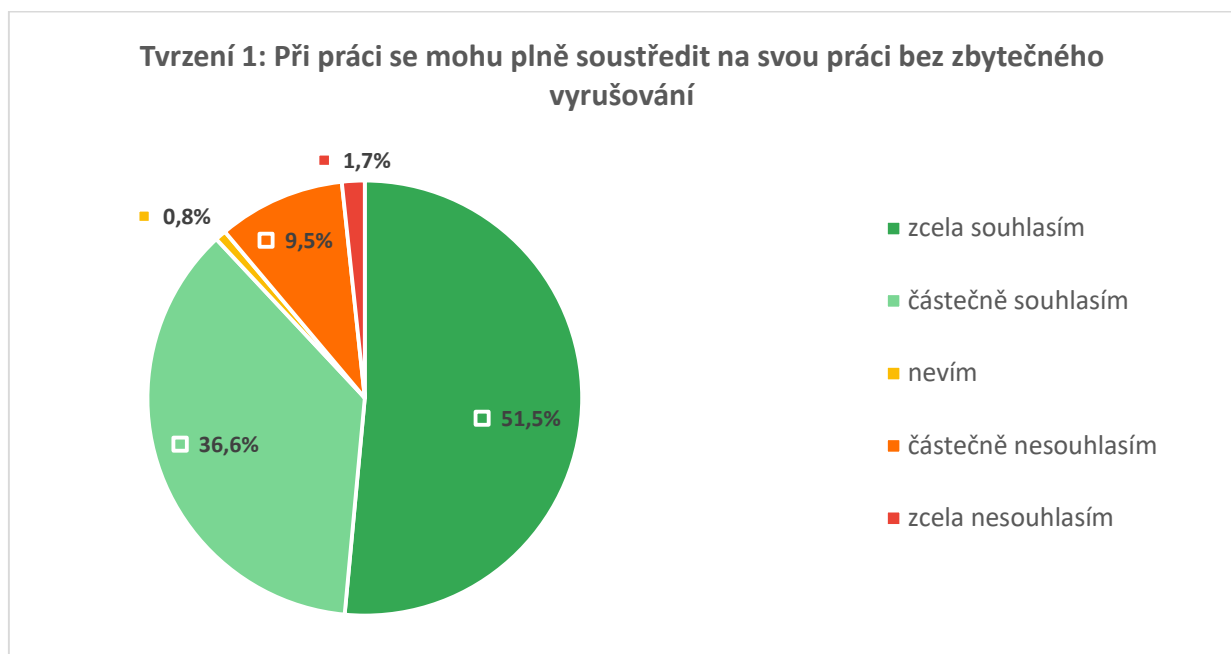
Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

2.3. Indikativní část

Otázka 14: Jak změnila práce z domova Váš pracovní život? Vyjádřete se k níže uvedeným tvrzením.

Tvrzení 1: Při práci se mohu plně soustředit na svou práci bez zbytečného vyrušování.

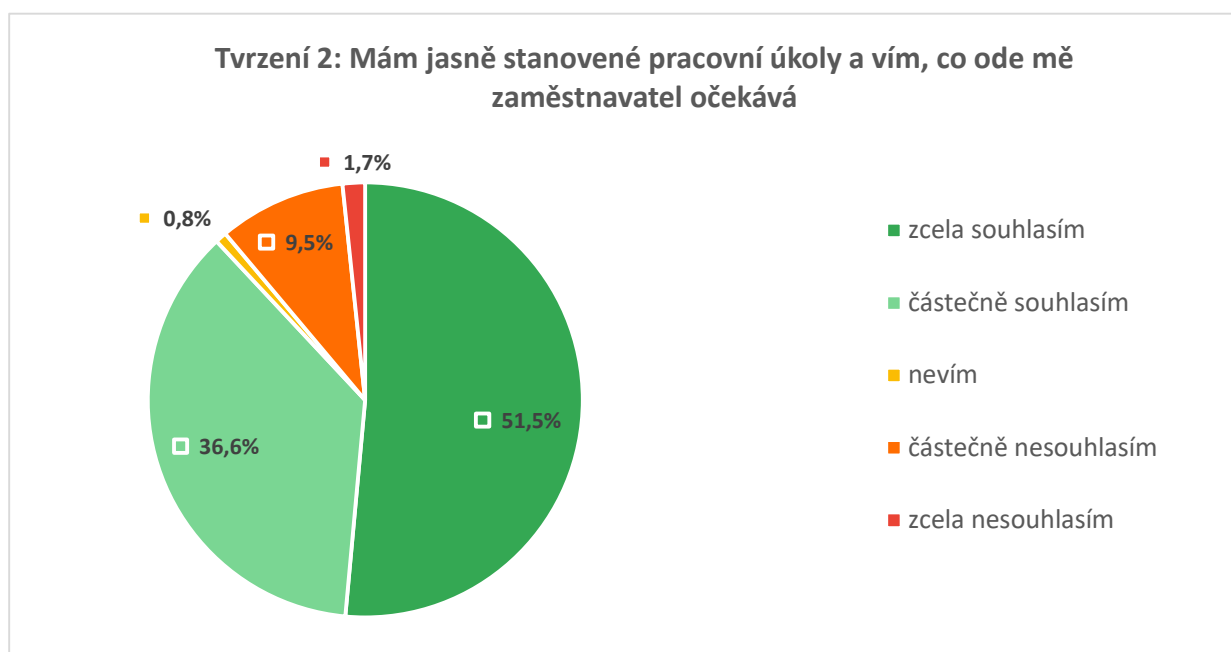
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	245	51,5%
částečně souhlasím	174	36,6%
nevím	4	0,8%
částečně nesouhlasím	45	9,5%
zcela nesouhlasím	8	1,7%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 2: Mám jasně stanovené pracovní úkoly a vím, co ode mě zaměstnavatel očekává.

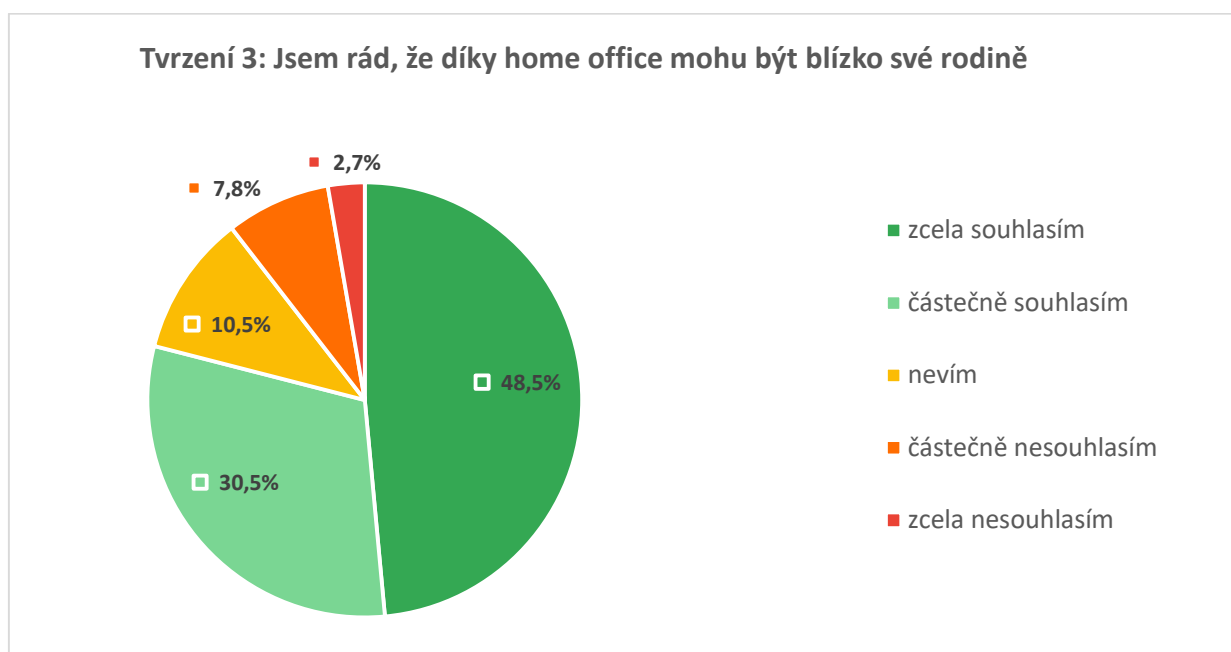
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	410	86,1%
částečně souhlasím	57	12,0%
nevím	3	0,6%
částečně nesouhlasím	5	1,1%
zcela nesouhlasím	1	0,2%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 3: Jsem rád, že díky home office mohu být blízko své rodině.

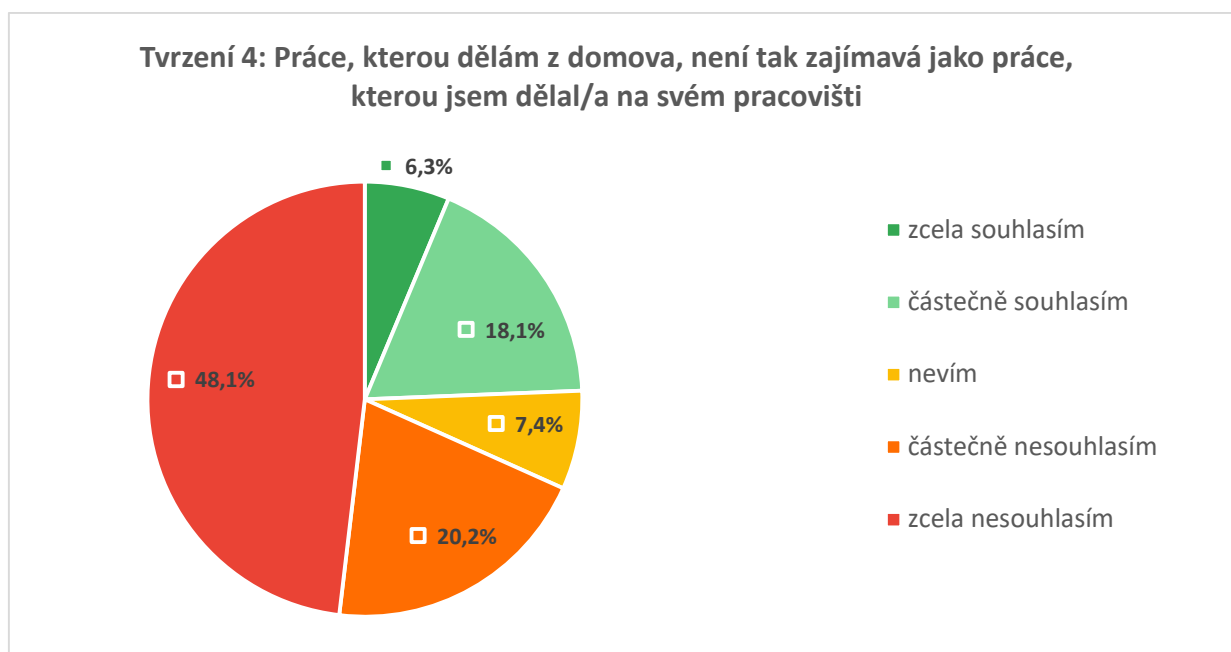
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	231	48,5%
částečně souhlasím	145	30,5%
nevím	50	10,5%
částečně nesouhlasím	37	7,8%
zcela nesouhlasím	13	2,7%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

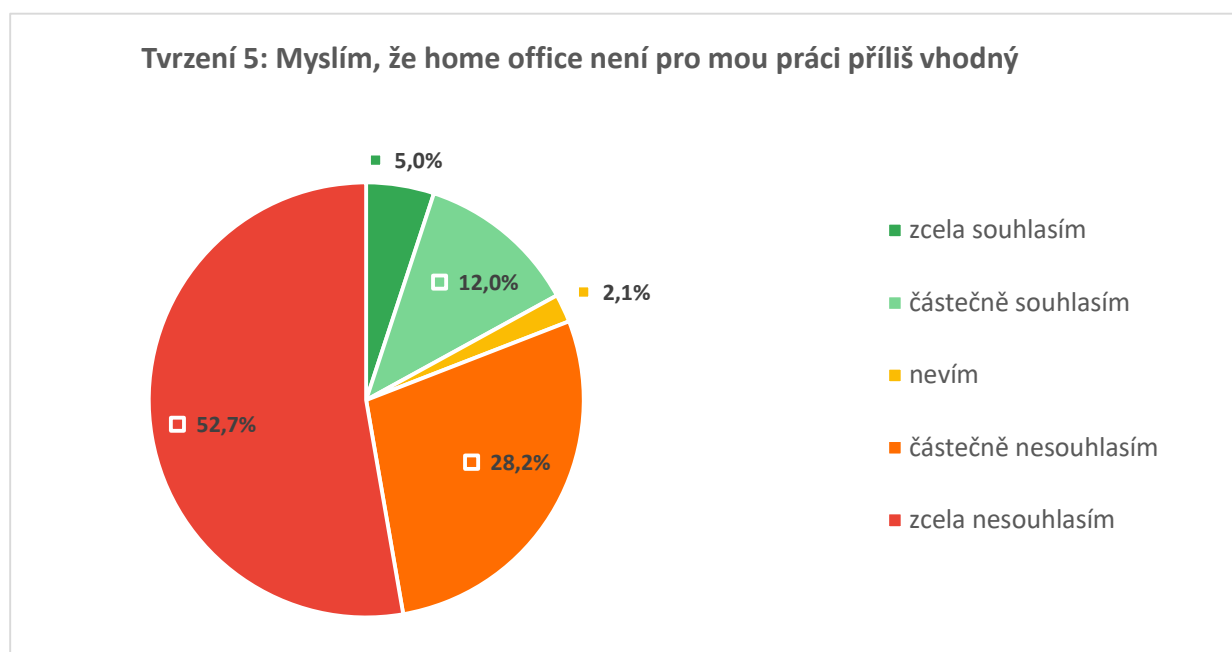
Tvrzení 4: Práce, kterou dělám z domova, není tak zajímavá jako práce, kterou jsem dělal/a na svém pracovišti.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	30	6,3%
částečně souhlasím	86	18,1%
nevím	35	7,4%
částečně nesouhlasím	96	20,2%
zcela nesouhlasím	229	48,1%
Celkem	476	100,0%



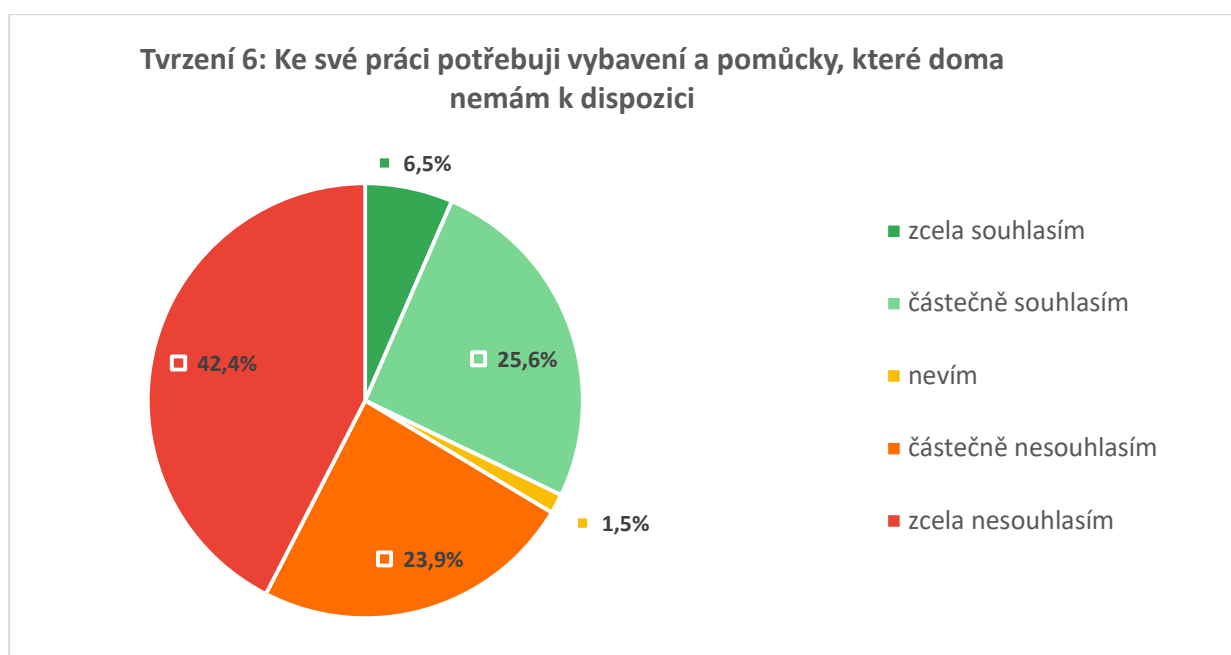
Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 5: Myslím, že home office není pro mou práci příliš vhodný.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	24	5,0%
částečně souhlasím	57	12,0%
nevím	10	2,1%
částečně nesouhlasím	134	28,2%
zcela nesouhlasím	251	52,7%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 6: Ke své práci potřebuji vybavení a pomůcky, které doma nemám k dispozici.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	31	6,5%
částečně souhlasím	122	25,6%
nevím	7	1,5%
částečně nesouhlasím	114	23,9%
zcela nesouhlasím	202	42,4%
Celkem	476	100,0%

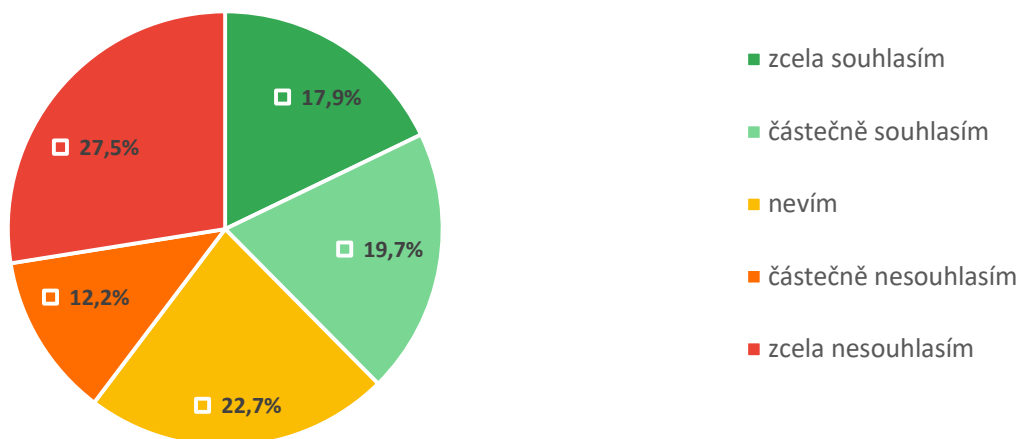


Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 7: Doma se cítím bezpečněji než na pracovišti.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	85	17,9%
částečně souhlasím	94	19,7%
nevím	108	22,7%
částečně nesouhlasím	58	12,2%
zcela nesouhlasím	131	27,5%
Celkem	476	100,0%

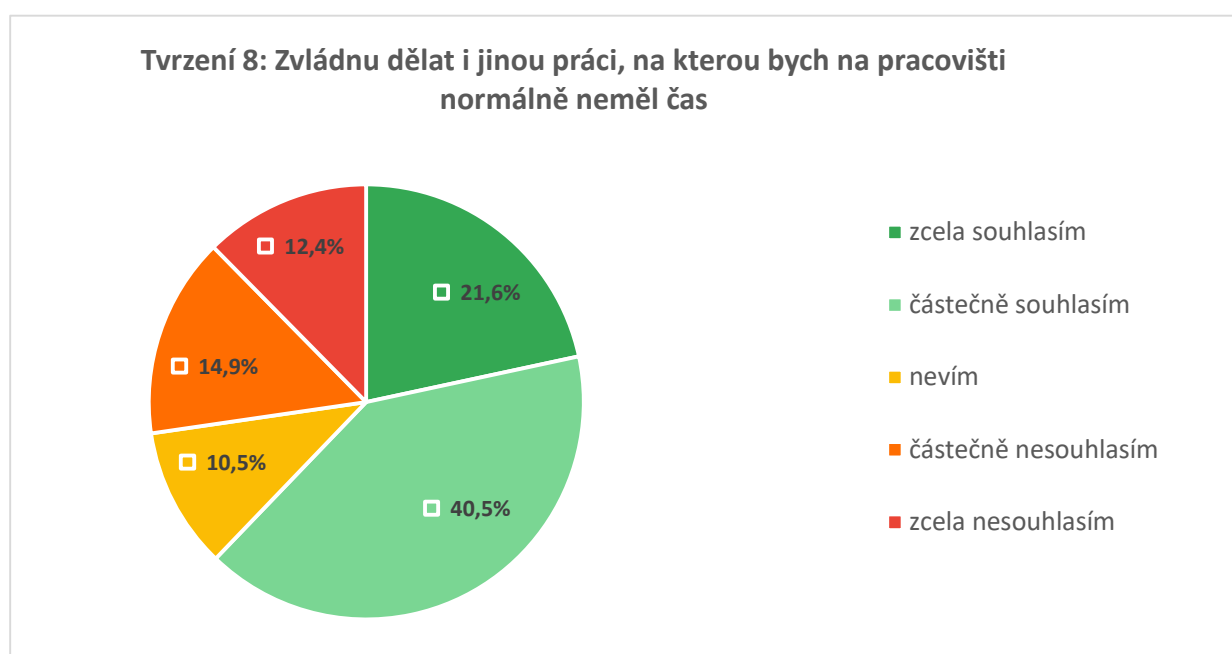
Tvrzení 7: Doma se cítím bezpečněji než na pracovišti



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 8: Zvládnu dělat i jinou práci, na kterou bych na pracovišti normálně neměl čas.

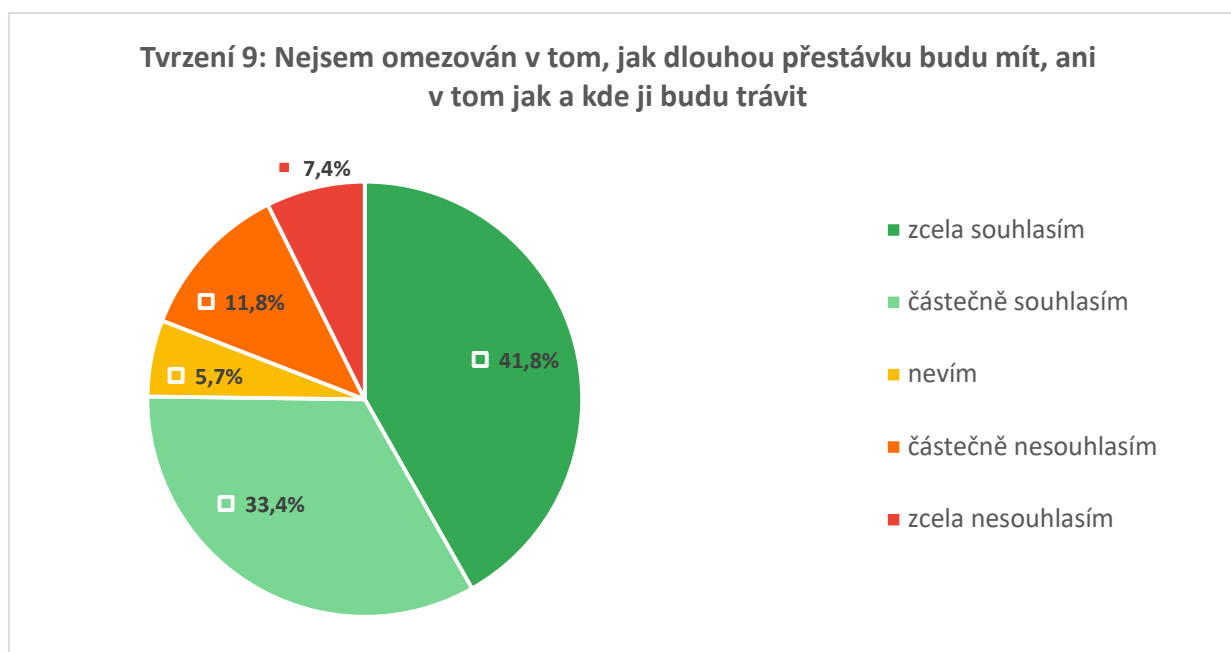
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	103	21,6%
částečně souhlasím	193	40,5%
nevím	50	10,5%
částečně nesouhlasím	71	14,9%
zcela nesouhlasím	59	12,4%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 9: Nejsem omezován v tom, jak dlouhou přestávku budu mít, ani v tom jak a kde ji budu trávit.

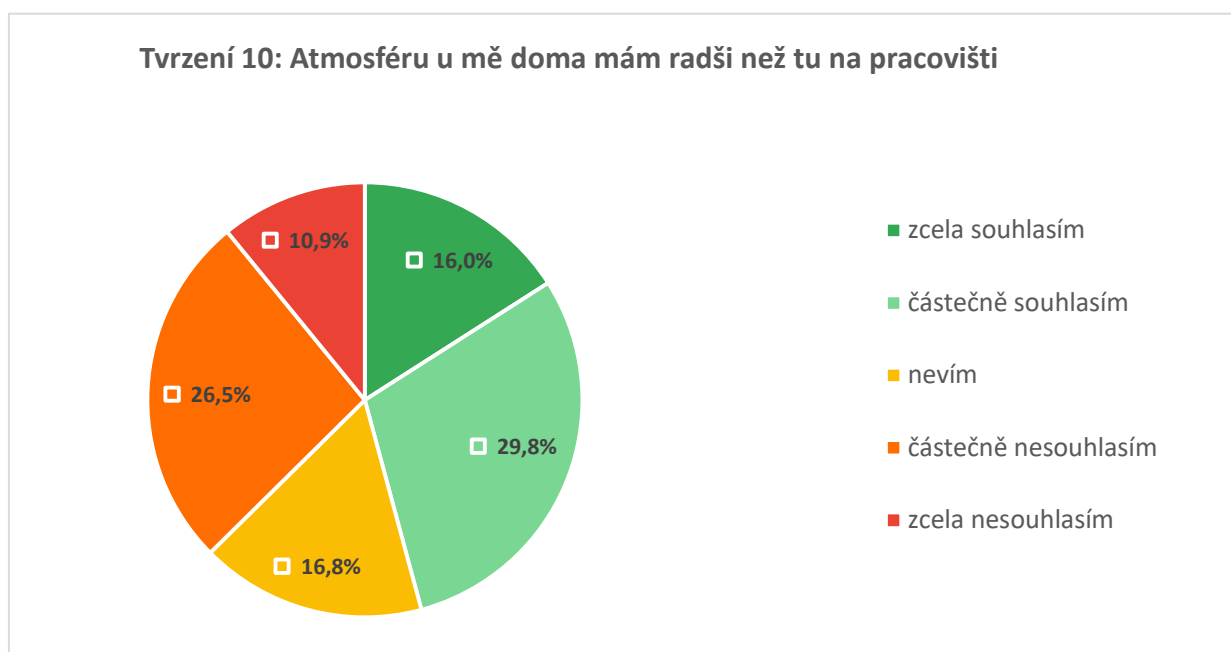
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	199	41,8%
částečně souhlasím	159	33,4%
nevím	27	5,7%
částečně nesouhlasím	56	11,8%
zcela nesouhlasím	35	7,4%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

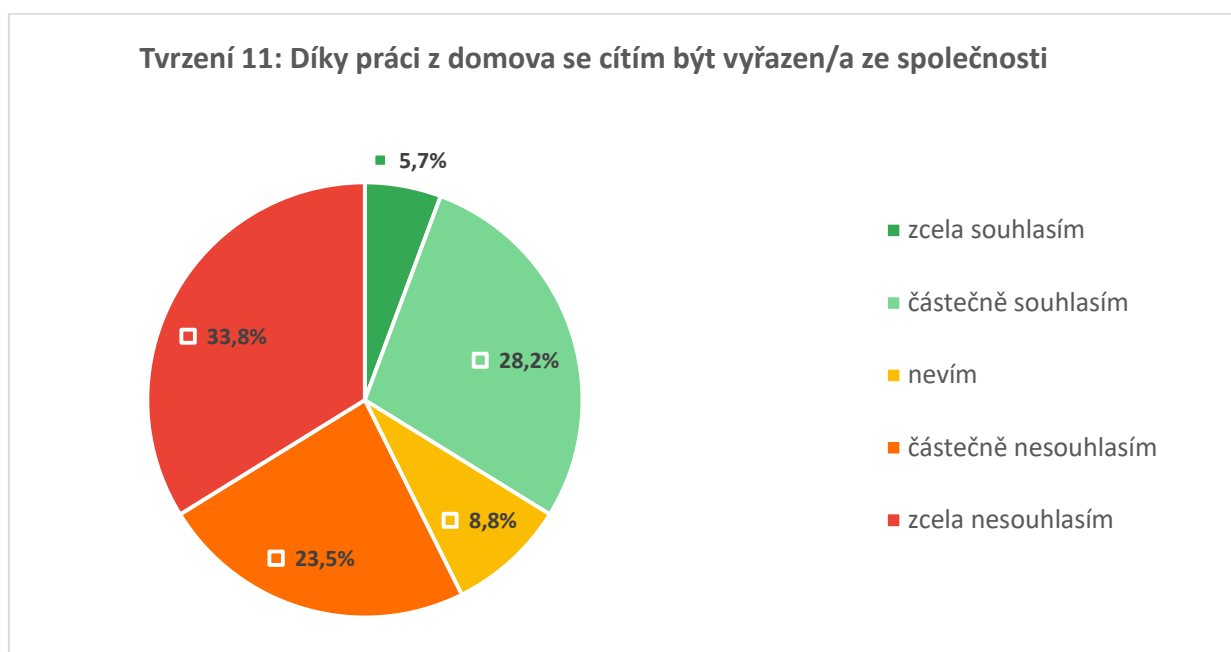
Tvrzení 10: Atmosféru u mě doma mám radši než tu na pracovišti.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	76	16,0%
částečně souhlasím	142	29,8%
nevím	80	16,8%
částečně nesouhlasím	126	26,5%
zcela nesouhlasím	52	10,9%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 11: Díky práci z domova se cítím být vyřazen/a ze společnosti

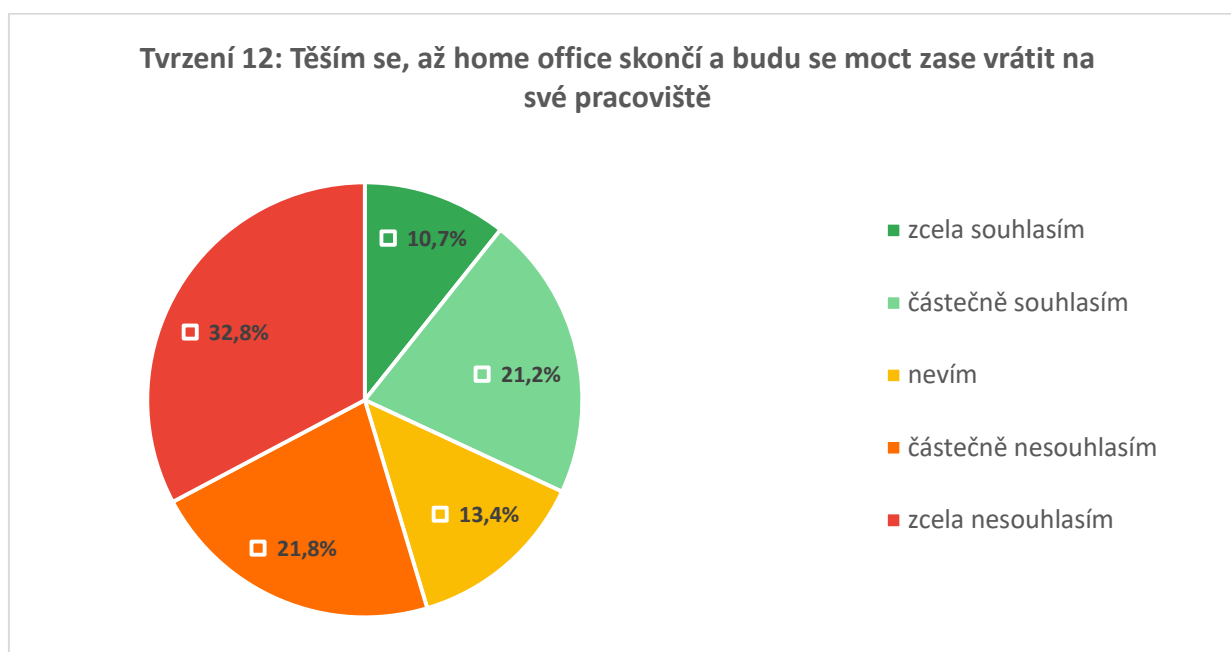
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	27	5,7%
částečně souhlasím	134	28,2%
nevím	42	8,8%
částečně nesouhlasím	112	23,5%
zcela nesouhlasím	161	33,8%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 12: Těším se, až home office skončí a budu se moct zase vrátit na své pracoviště.

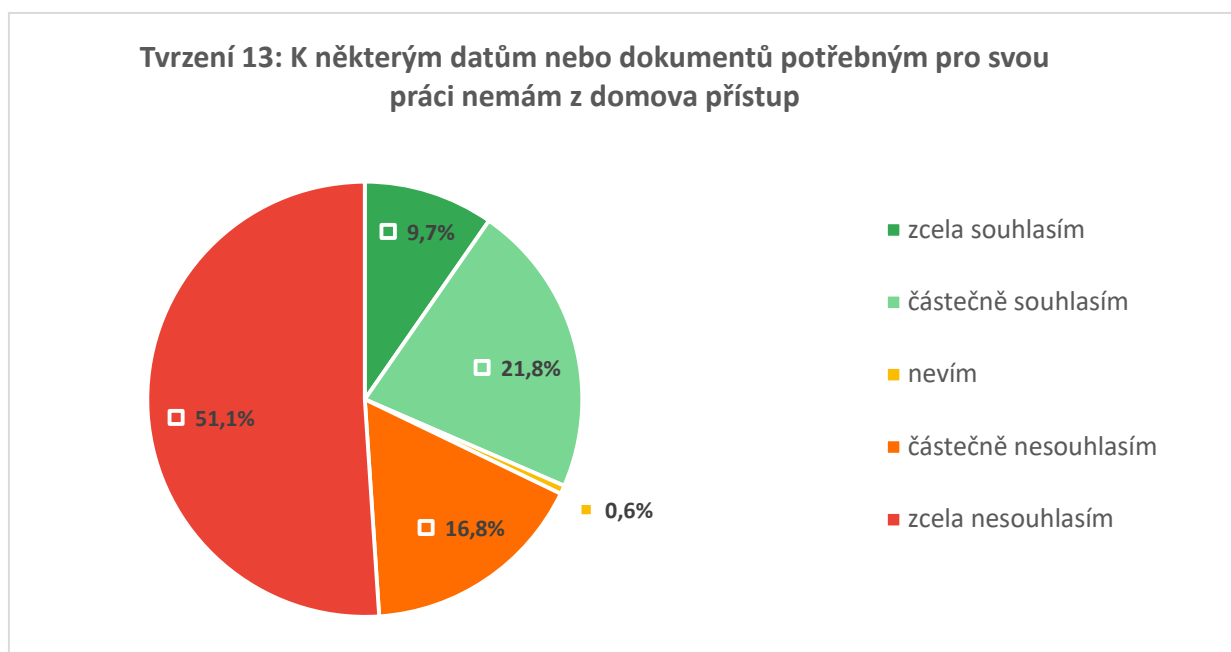
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	51	10,7%
částečně souhlasím	101	21,2%
nevím	64	13,4%
částečně nesouhlasím	104	21,8%
zcela nesouhlasím	156	32,8%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 13: K některým datům nebo dokumentům potřebným pro svou práci nemám z domova přístup.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	46	9,7%
částečně souhlasím	104	21,8%
nevím	3	0,6%
částečně nesouhlasím	80	16,8%
zcela nesouhlasím	243	51,1%
Celkem	476	100,0%

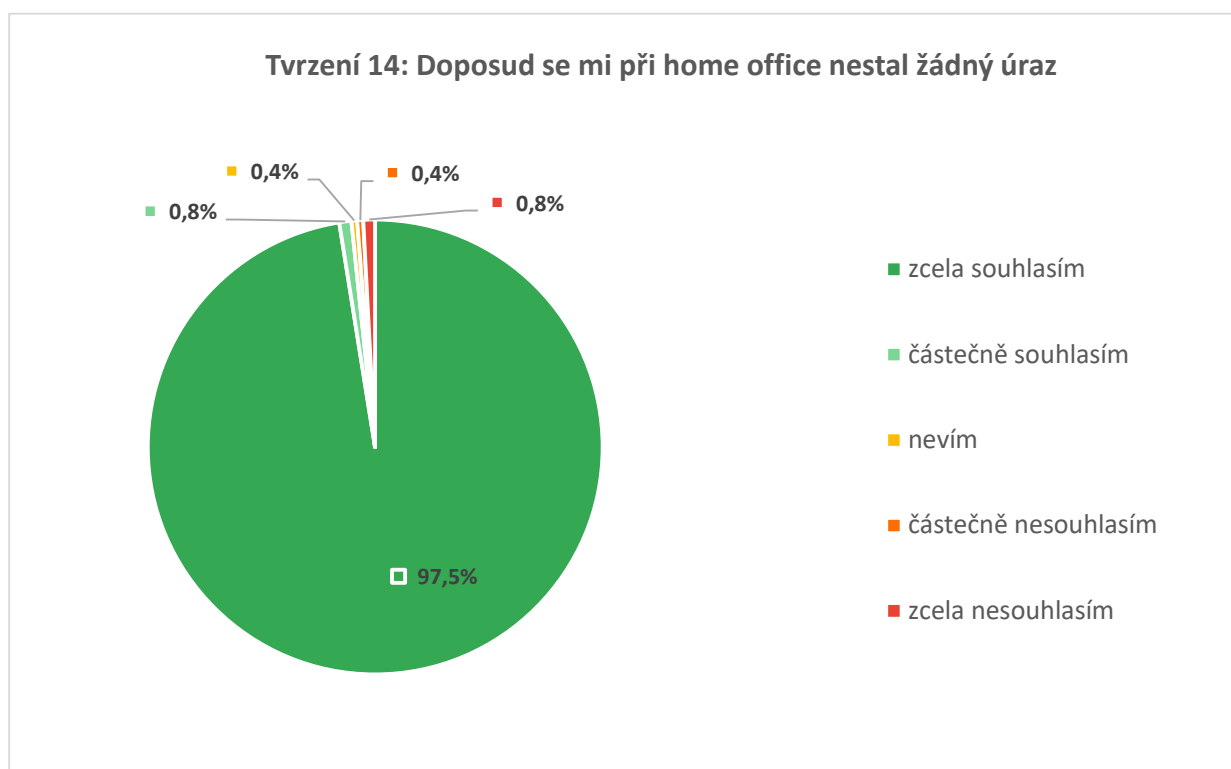


Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 14: Doposud se mi při home office nestal žádný úraz.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	464	97,5%
částečně souhlasím	4	0,8%
nevím	2	0,4%
částečně nesouhlasím	2	0,4%
zcela nesouhlasím	4	0,8%

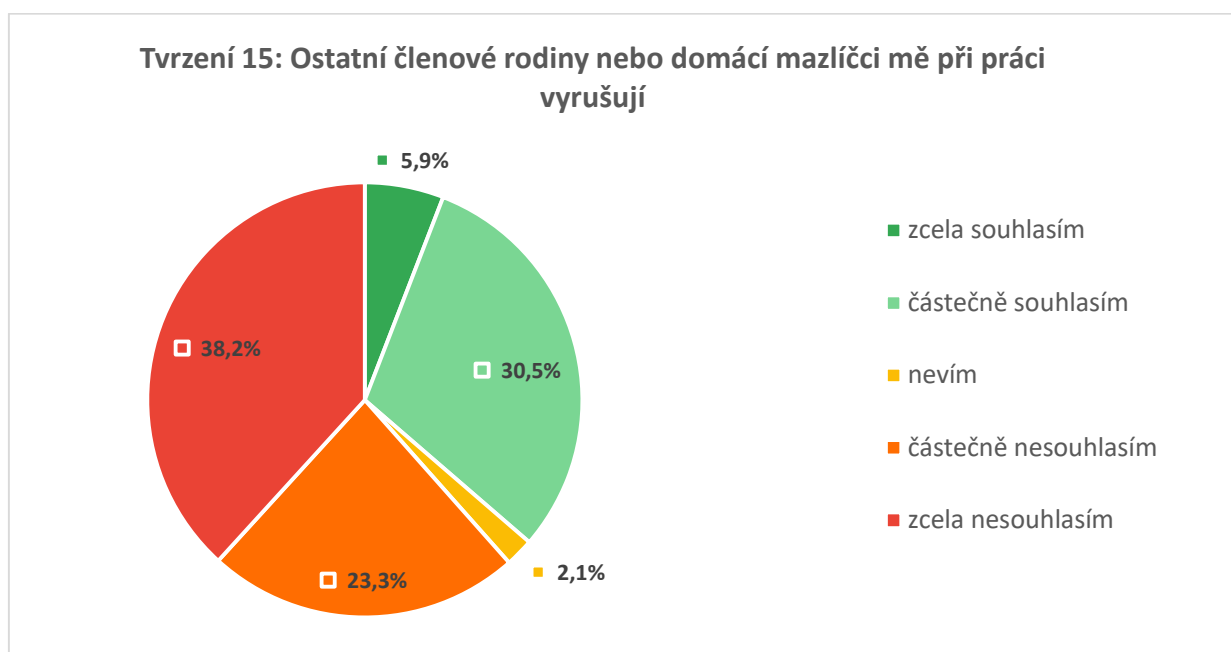
Celkem	476	100,0%
---------------	------------	---------------



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

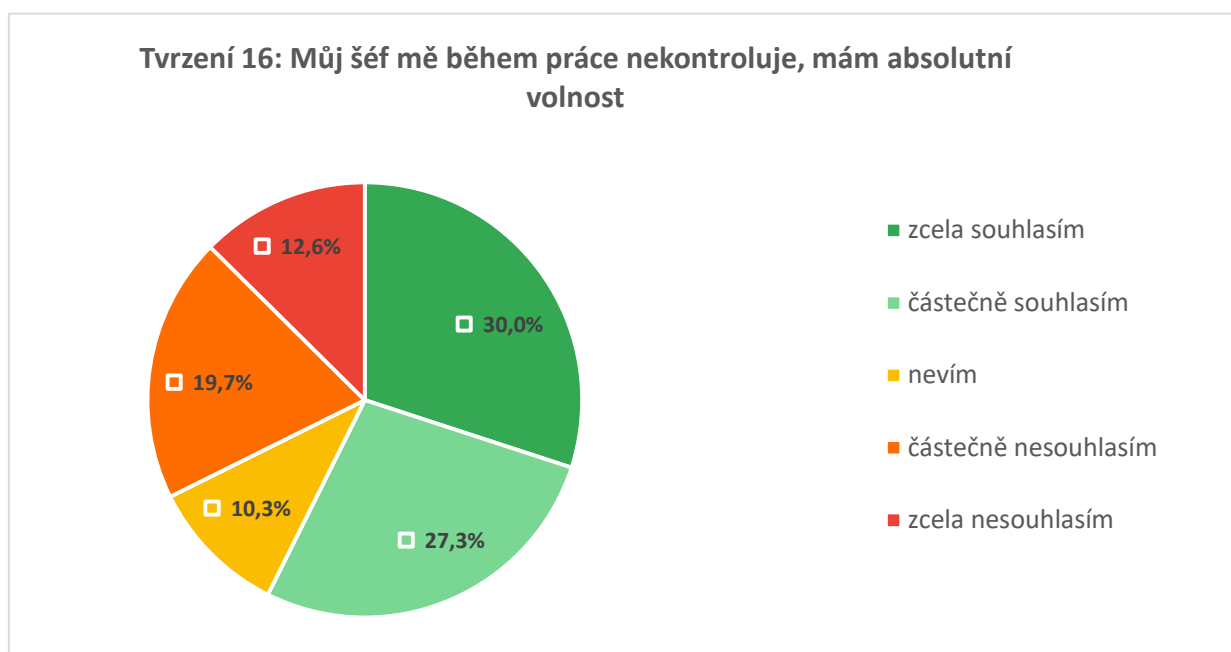
Tvrzení 15: Ostatní členové rodiny nebo domácí mazlíčci mě při práci vyrušují.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	28	5,9%
částečně souhlasím	145	30,5%
nevím	10	2,1%
částečně nesouhlasím	111	23,3%
zcela nesouhlasím	182	38,2%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 16: Můj šéf mě během práce nekontroluje, mám absolutní volnost.

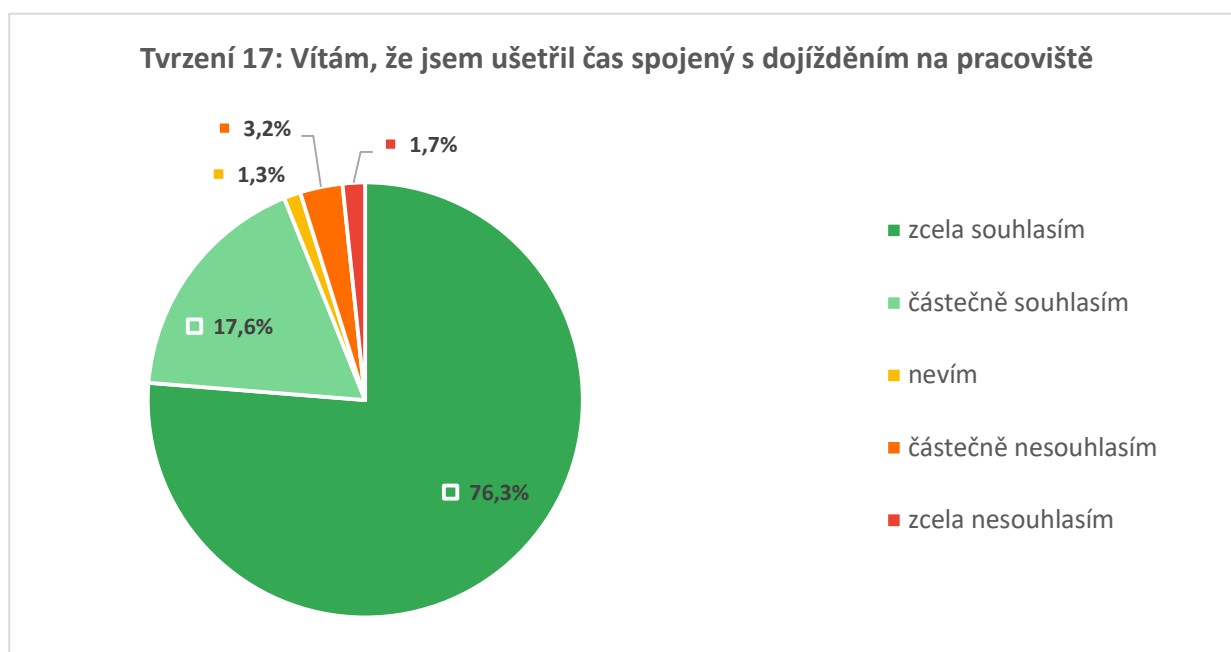
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	143	30,0%
částečně souhlasím	130	27,3%
nevím	49	10,3%
částečně nesouhlasím	94	19,7%
zcela nesouhlasím	60	12,6%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

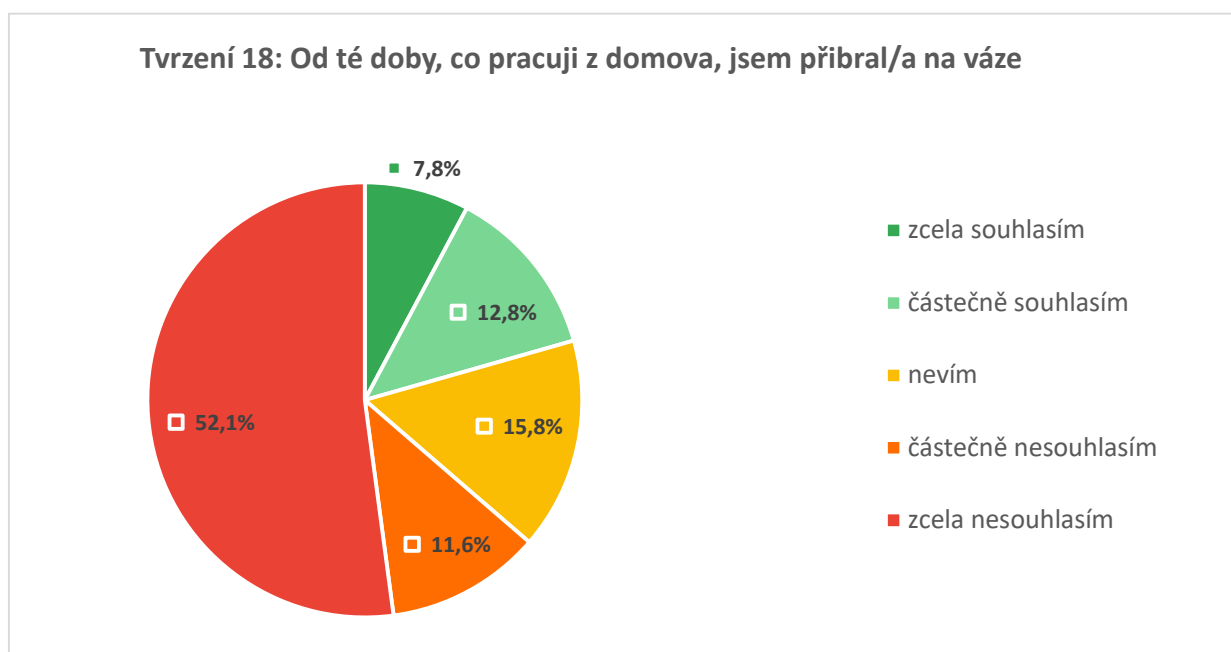
Tvrzení 17: Vítám, že jsem ušetřil čas spojený s dojížděním na pracoviště.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	363	76,3%
částečně souhlasím	84	17,6%
nevím	6	1,3%
částečně nesouhlasím	15	3,2%
zcela nesouhlasím	8	1,7%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 18: Od té doby, co pracuji z domova, jsem přibral/a na váze.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	37	7,8%
částečně souhlasím	61	12,8%
nevím	75	15,8%
částečně nesouhlasím	55	11,6%
zcela nesouhlasím	248	52,1%
Celkem	476	100,0%

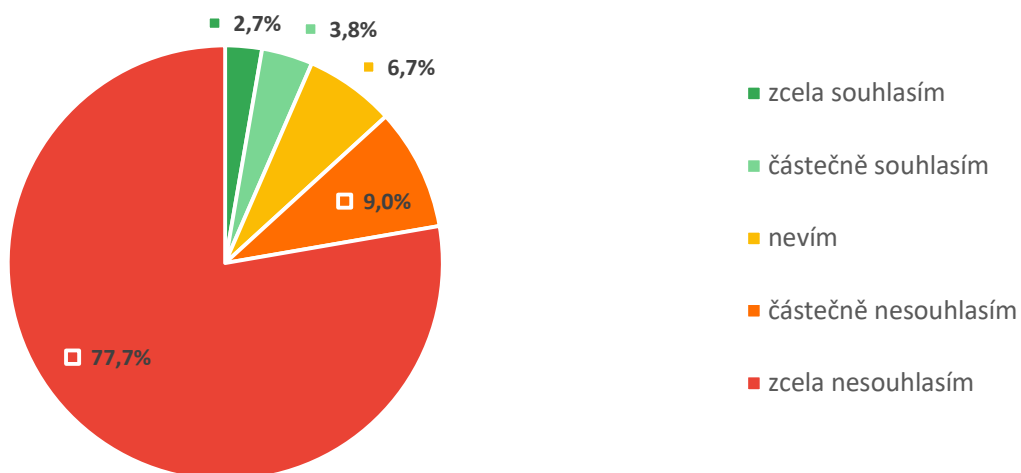


Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 19: Poté, co jsem začal pracovat z domova, klesly moje příjmy.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	13	2,7%
částečně souhlasím	18	3,8%
nevím	32	6,7%
částečně nesouhlasím	43	9,0%
zcela nesouhlasím	370	77,7%
Celkem	476	100,0%

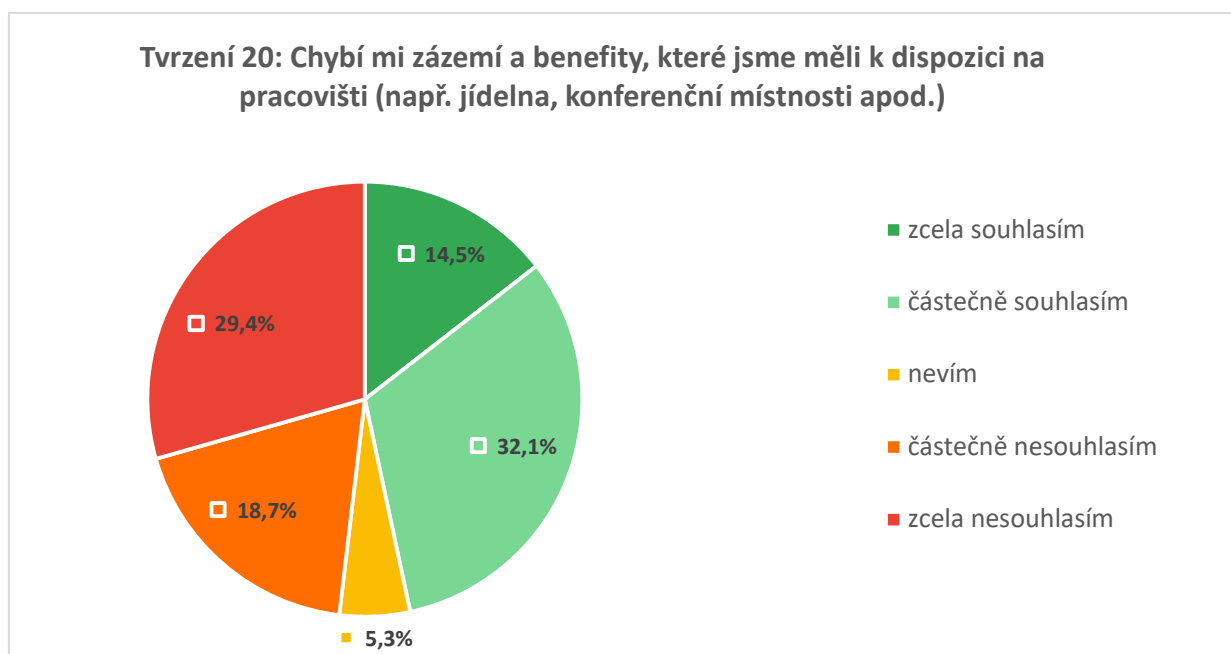
Tvrzení 19: Poté, co jsem začal pracovat z domova, klesly moje příjmy



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 20: Chybí mi zázemí a benefity, které jsme měli k dispozici na pracovišti (např. jídelna, konferenční místnosti apod.).

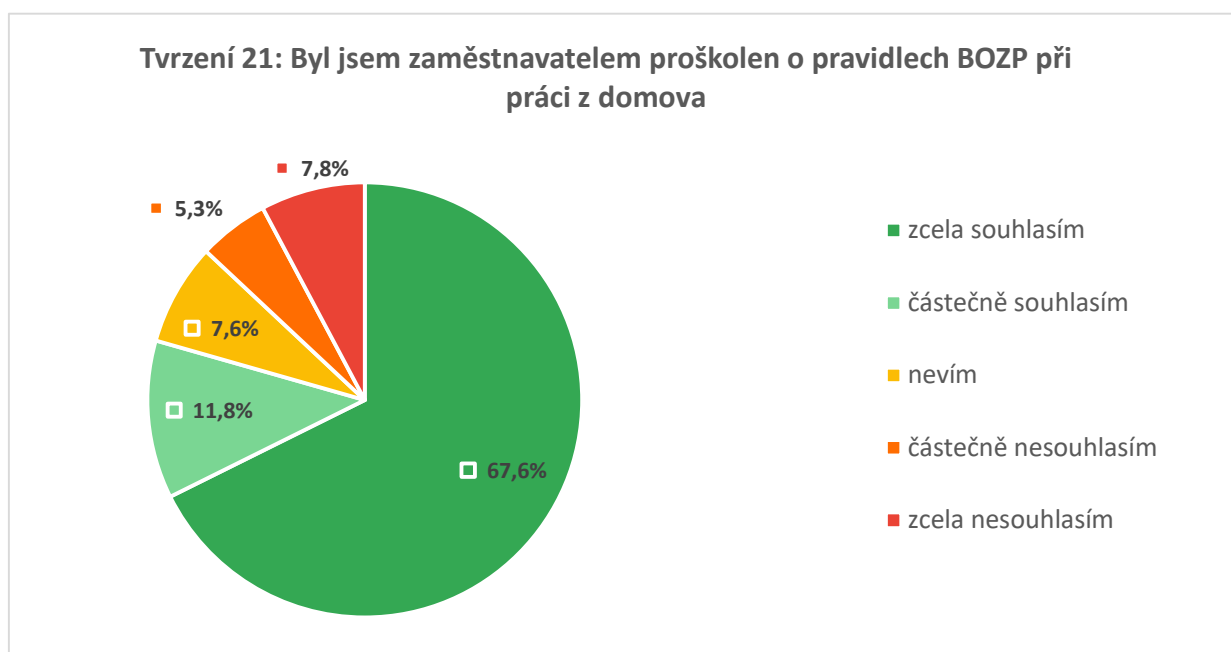
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	69	14,5%
částečně souhlasím	153	32,1%
nevím	25	5,3%
částečně nesouhlasím	89	18,7%
zcela nesouhlasím	140	29,4%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 21: Byl jsem zaměstnavatelem proškolen o pravidlech BOZP při práci z domova

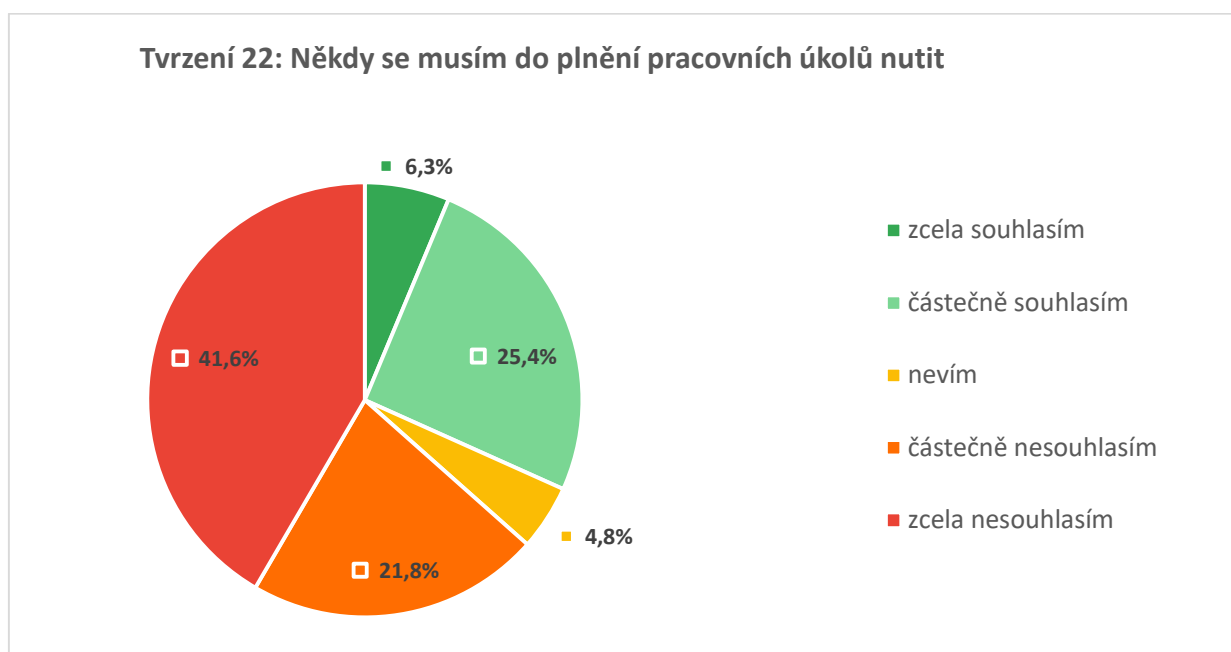
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	322	67,6%
částečně souhlasím	56	11,8%
nevím	36	7,6%
částečně nesouhlasím	25	5,3%
zcela nesouhlasím	37	7,8%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 22: Někdy se musím do plnění pracovních úkolů nutit.

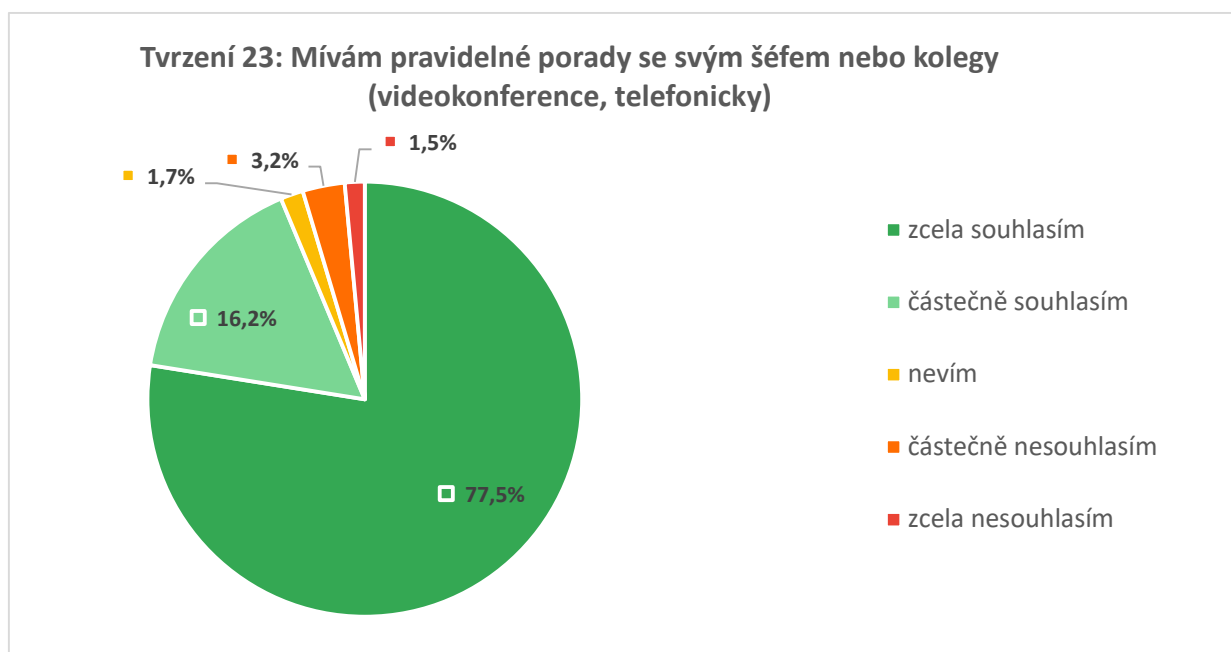
Varianty odpovědi	Počet respondentů	
zcela souhlasím	30	6,3%
částečně souhlasím	121	25,4%
nevím	23	4,8%
částečně nesouhlasím	104	21,8%
zcela nesouhlasím	198	41,6%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 23: Mívám pravidelné porady se svým šéfem nebo kolegy (videokonference, telefonicky).

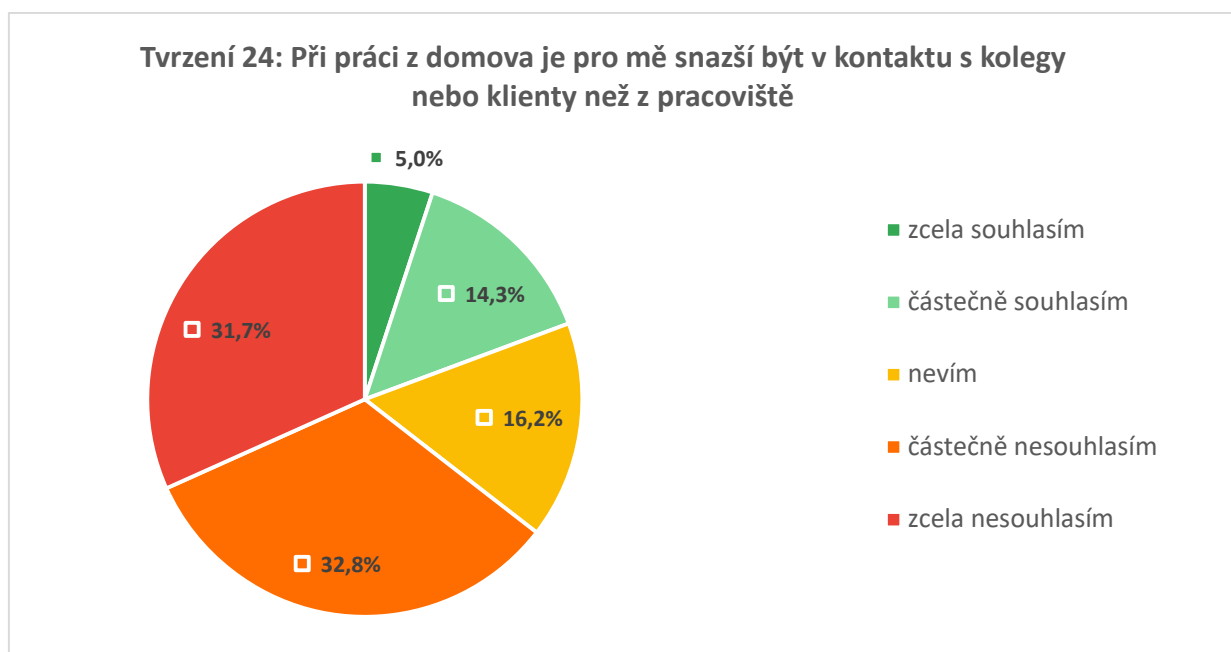
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	369	77,5%
částečně souhlasím	77	16,2%
nevím	8	1,7%
částečně nesouhlasím	15	3,2%
zcela nesouhlasím	7	1,5%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

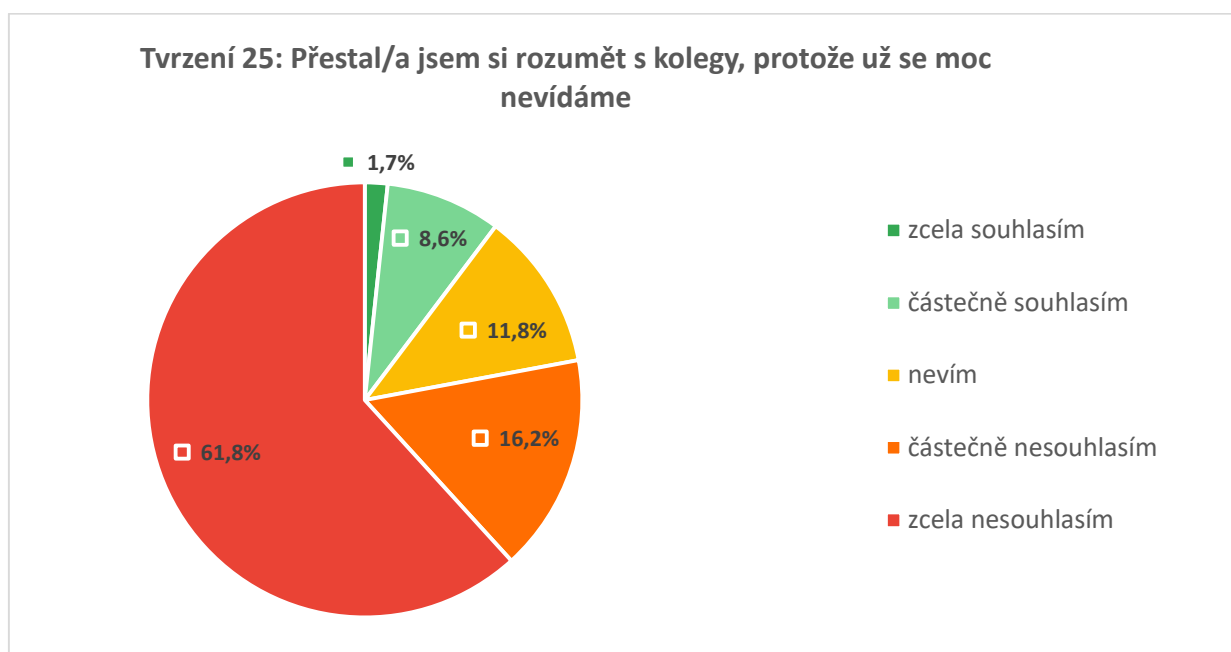
Tvrzení 24: Při práci z domova je pro mě snazší být v kontaktu s kolegy nebo klienty než z pracoviště.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	24	5,0%
částečně souhlasím	68	14,3%
nevím	77	16,2%
částečně nesouhlasím	156	32,8%
zcela nesouhlasím	151	31,7%
Celkem	476	100,0%



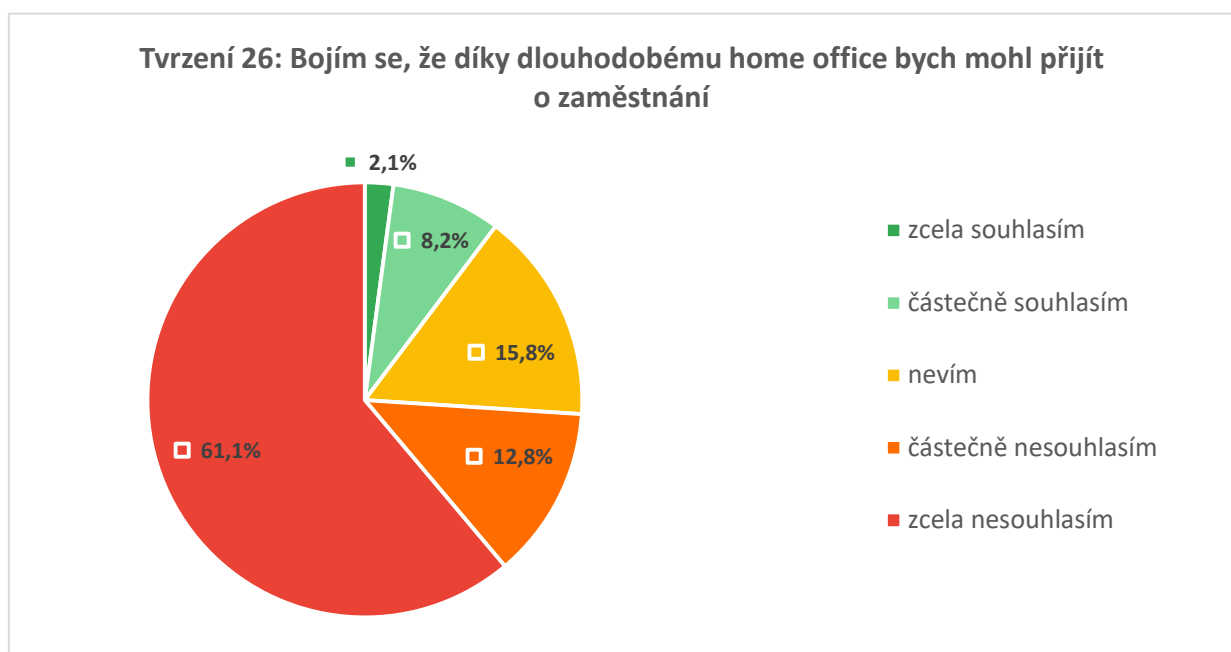
Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 25: Přestal/a jsem si rozumět s kolegy, protože už se moc nevidáme.

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	8	1,7%
částečně souhlasím	41	8,6%
nevím	56	11,8%
částečně nesouhlasím	77	16,2%
zcela nesouhlasím	294	61,8%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 26: Bojím se, že díky dlouhodobému home office bych mohl přijít o zaměstnání.

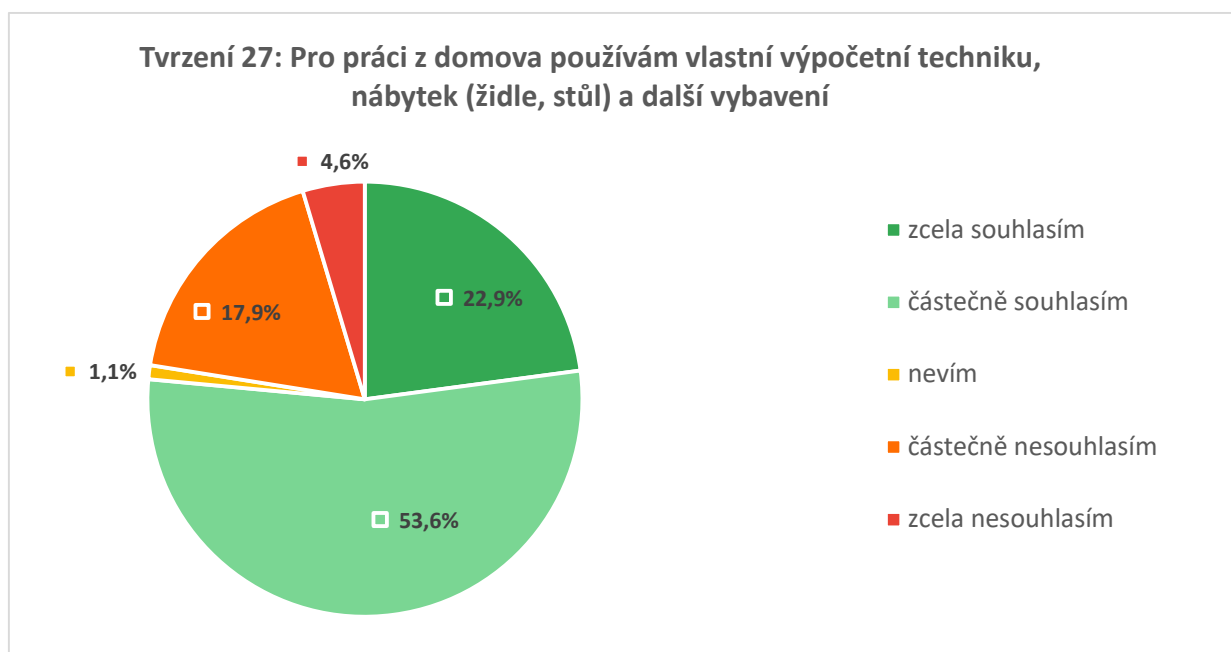
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	10	2,1%
částečně souhlasím	39	8,2%
nevím	75	15,8%
částečně nesouhlasím	61	12,8%
zcela nesouhlasím	291	61,1%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 27: Pro práci z domova používám vlastní výpočetní techniku, nábytek (židle, stůl) a další vybavení

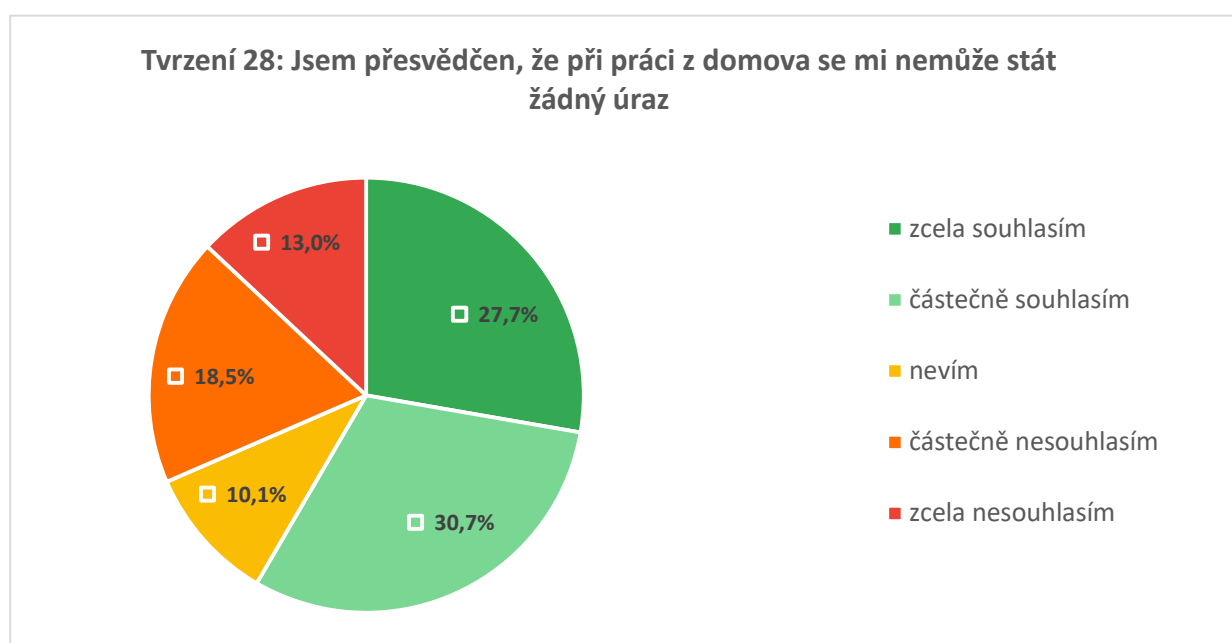
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	109	22,9%
částečně souhlasím	255	53,6%
nevím	5	1,1%
částečně nesouhlasím	85	17,9%
zcela nesouhlasím	22	4,6%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 28: Jsem přesvědčen, že při práci z domova se mi nemůže stát žádný úraz

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	132	27,7%
částečně souhlasím	146	30,7%
nevím	48	10,1%
částečně nesouhlasím	88	18,5%
zcela nesouhlasím	62	13,0%
Celkem	476	100,0%



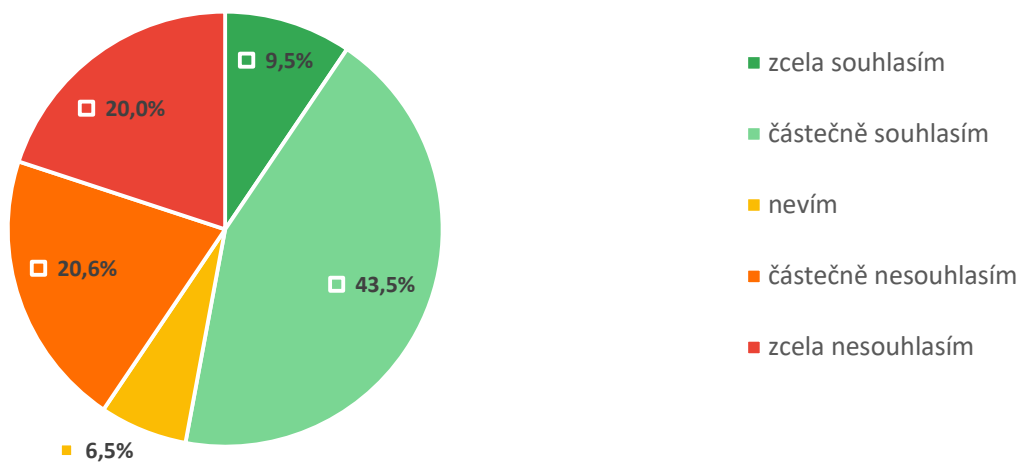
Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 29: Některé podněty odvádějí mou pozornost během práce

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	45	9,5%
částečně souhlasím	207	43,5%
nevím	31	6,5%
částečně nesouhlasím	98	20,6%
zcela nesouhlasím	95	20,0%

Celkem	476	100,0%
---------------	------------	---------------

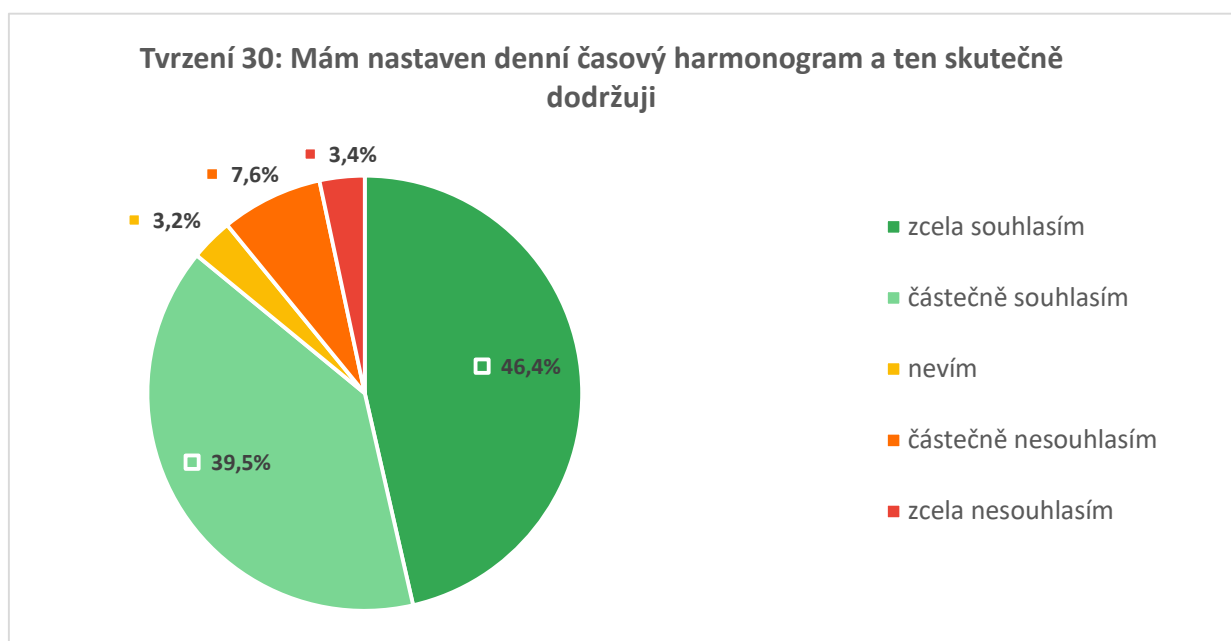
Tvrzení 29: Některé podněty odvádějí mou pozornost během práce



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 30: Mám nastaven denní časový harmonogram a ten skutečně dodržuji

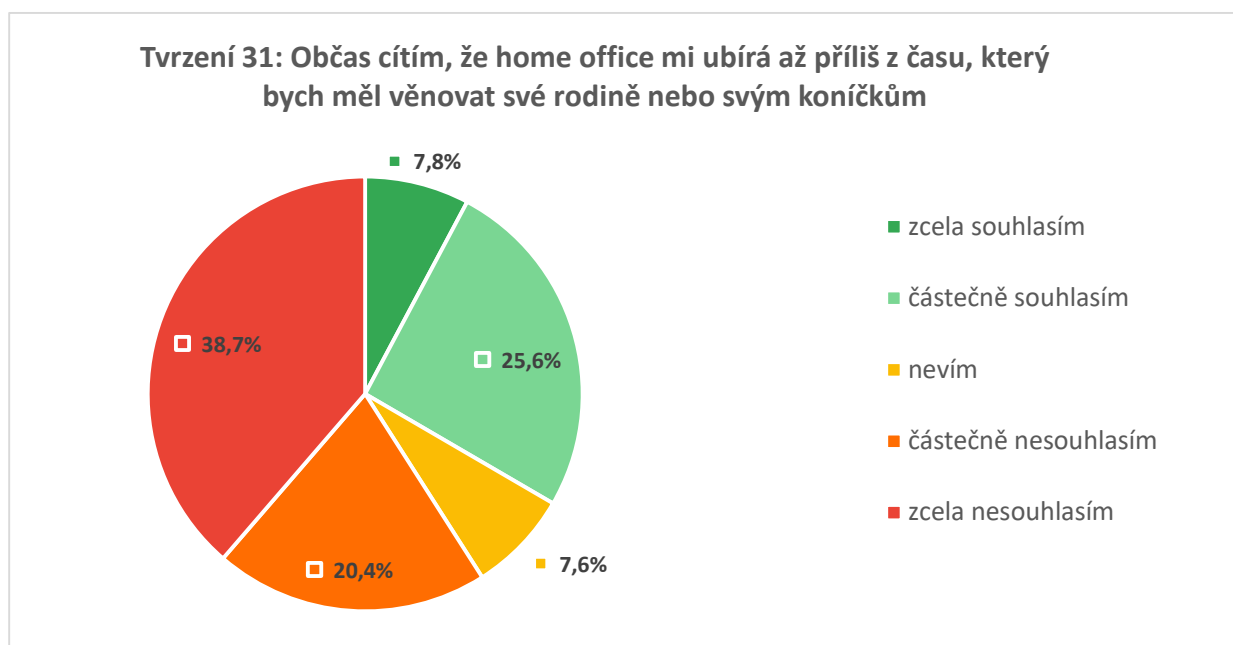
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	221	46,4%
částečně souhlasím	188	39,5%
nevím	15	3,2%
částečně nesouhlasím	36	7,6%
zcela nesouhlasím	16	3,4%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 31: Občas cítím, že home office mi ubírá až příliš z času, který bych měl věnovat své rodině nebo svým koníčkům

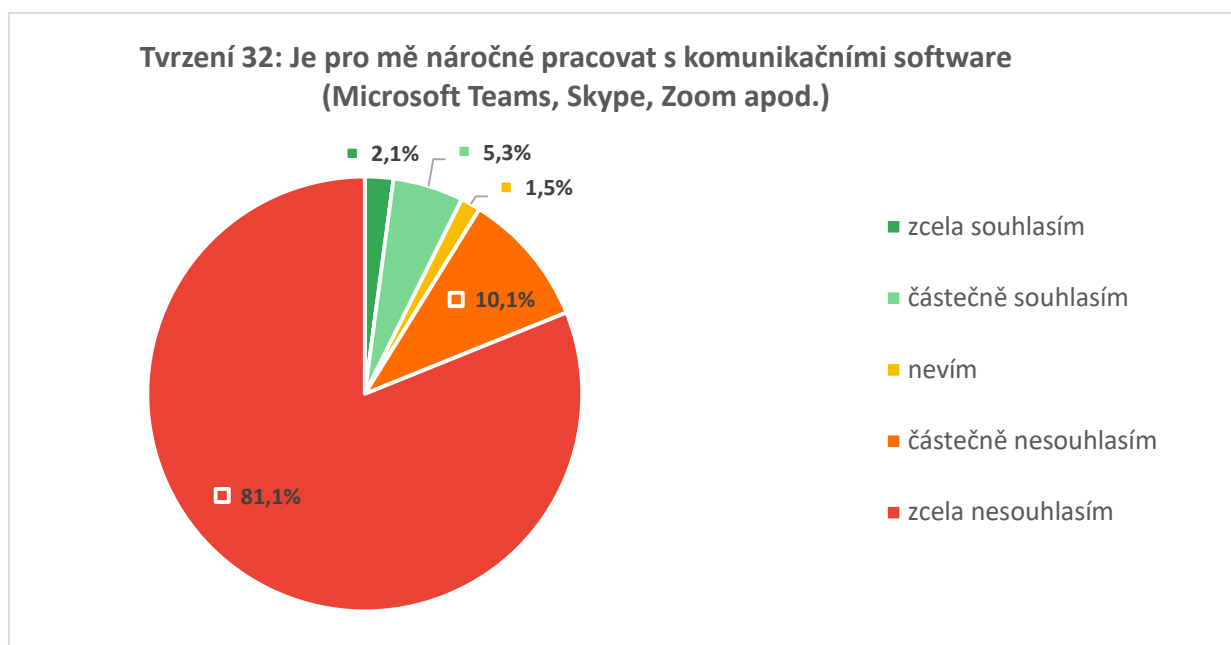
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	37	7,8%
částečně souhlasím	122	25,6%
nevím	36	7,6%
částečně nesouhlasím	97	20,4%
zcela nesouhlasím	184	38,7%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

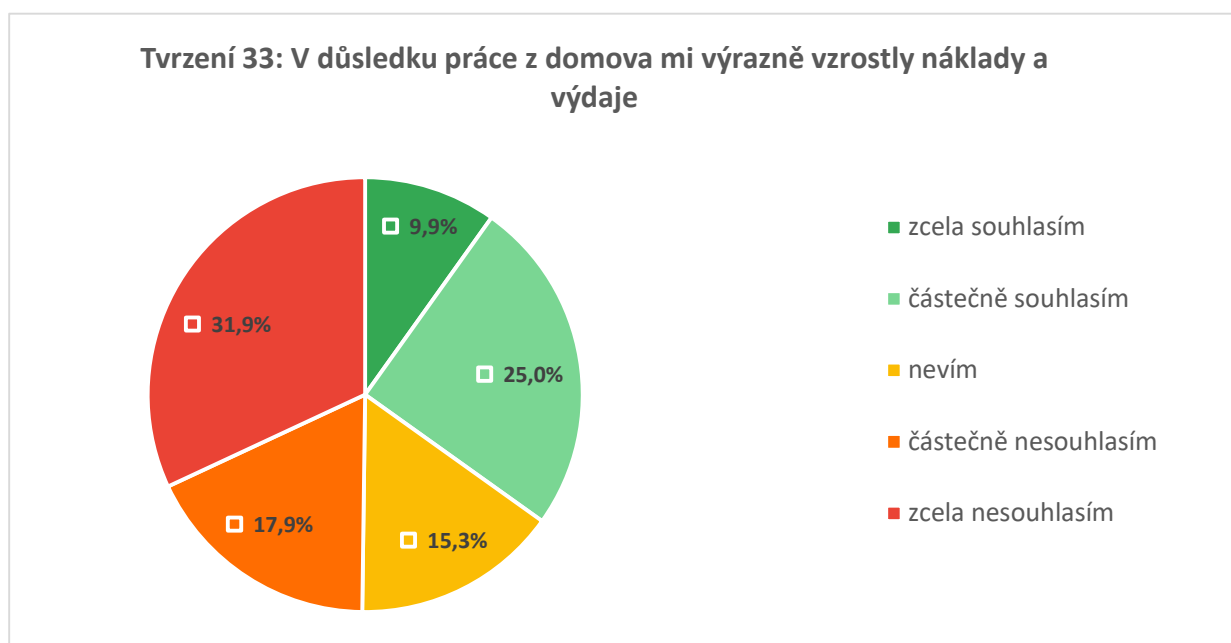
Tvrzení 32: Je pro mě náročné pracovat s komunikačními software (Microsoft Teams, Skype, Zoom apod.)

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	10	2,1%
částečně souhlasím	25	5,3%
nevím	7	1,5%
částečně nesouhlasím	48	10,1%
zcela nesouhlasím	386	81,1%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 33: V důsledku práce z domova mi výrazně vzrostly náklady a výdaje

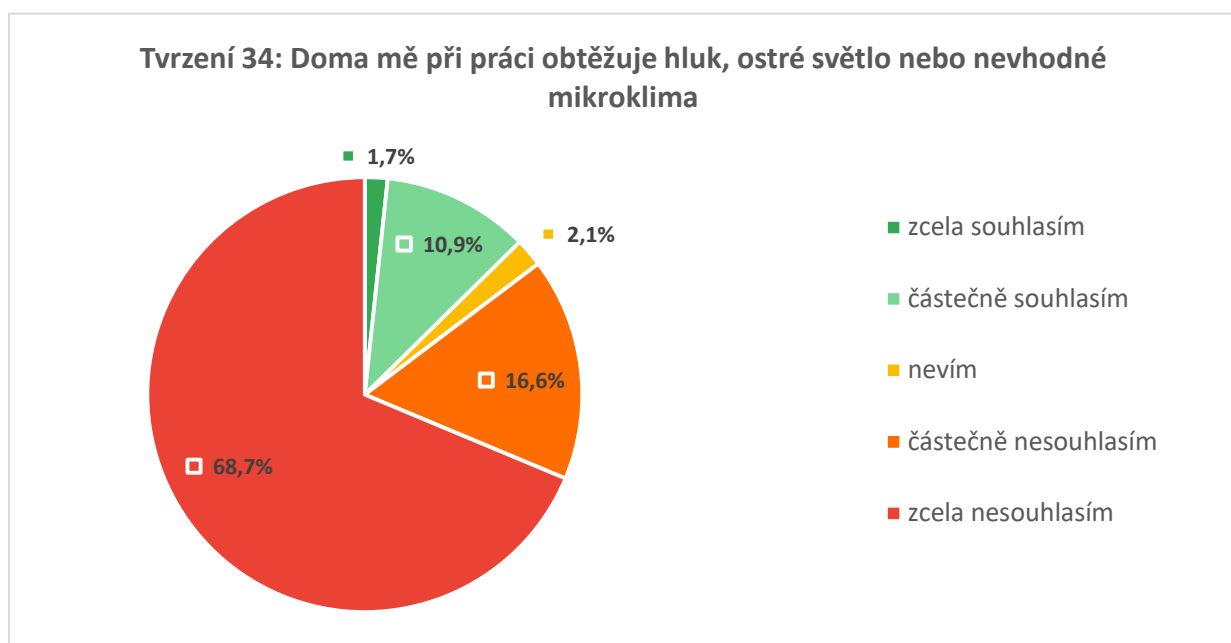
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	47	9,9%
částečně souhlasím	119	25,0%
nevím	73	15,3%
částečně nesouhlasím	85	17,9%
zcela nesouhlasím	152	31,9%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 34: Doma mě při práci obtěžuje hluk, ostré světlo nebo nevhodné mikroklima

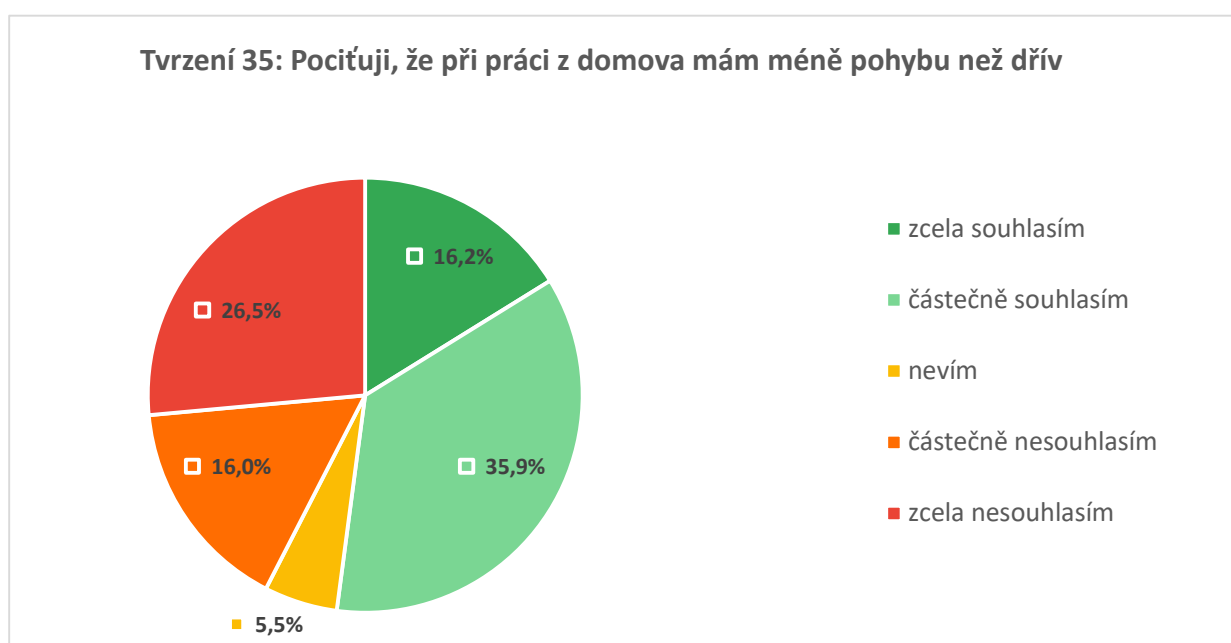
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	8	1,7%
částečně souhlasím	52	10,9%
nevím	10	2,1%
částečně nesouhlasím	79	16,6%
zcela nesouhlasím	327	68,7%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 35: Pociťuji, že při práci z domova mám méně pohybu než dřív

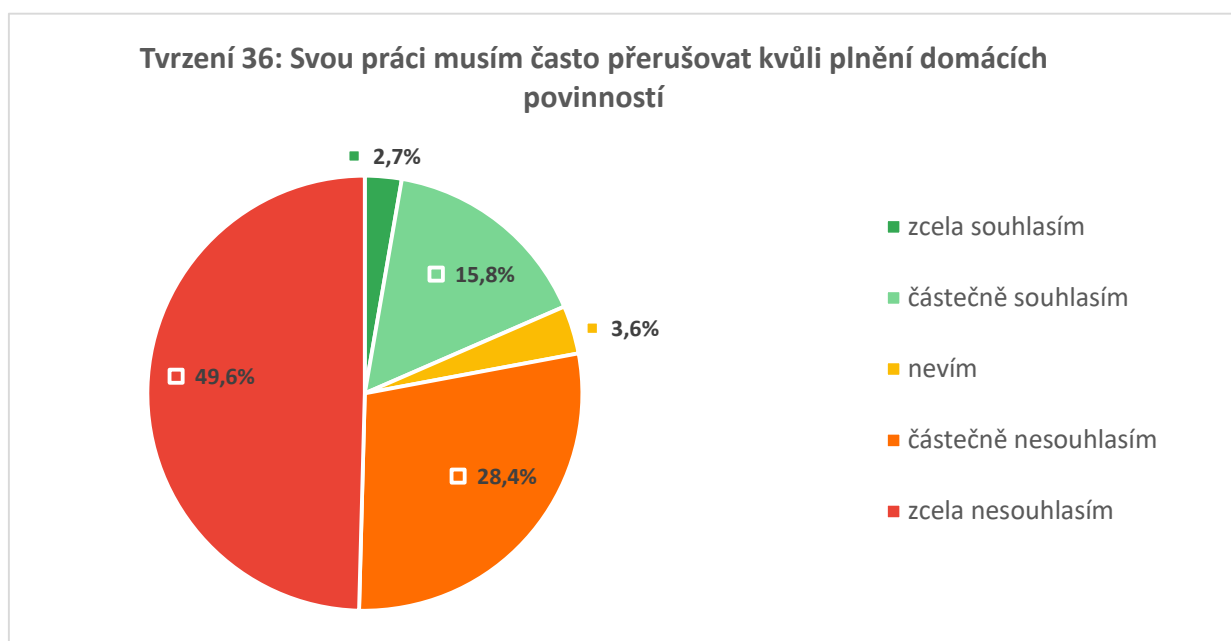
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	77	16,2%
částečně souhlasím	171	35,9%
nevím	26	5,5%
částečně nesouhlasím	76	16,0%
zcela nesouhlasím	126	26,5%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 36: Svou práci musím často přerušovat kvůli plnění domácích povinností

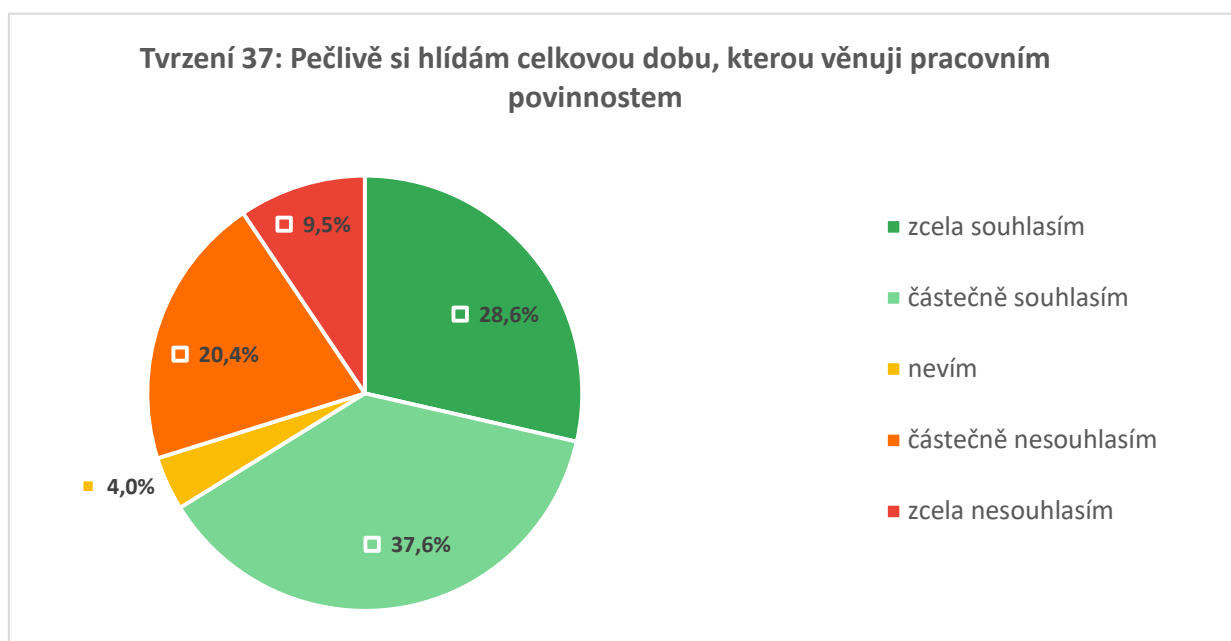
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	13	2,7%
částečně souhlasím	75	15,8%
nevím	17	3,6%
částečně nesouhlasím	135	28,4%
zcela nesouhlasím	236	49,6%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 37: Pečlivě si hlídám celkovou dobu, kterou věnuji pracovním povinnostem

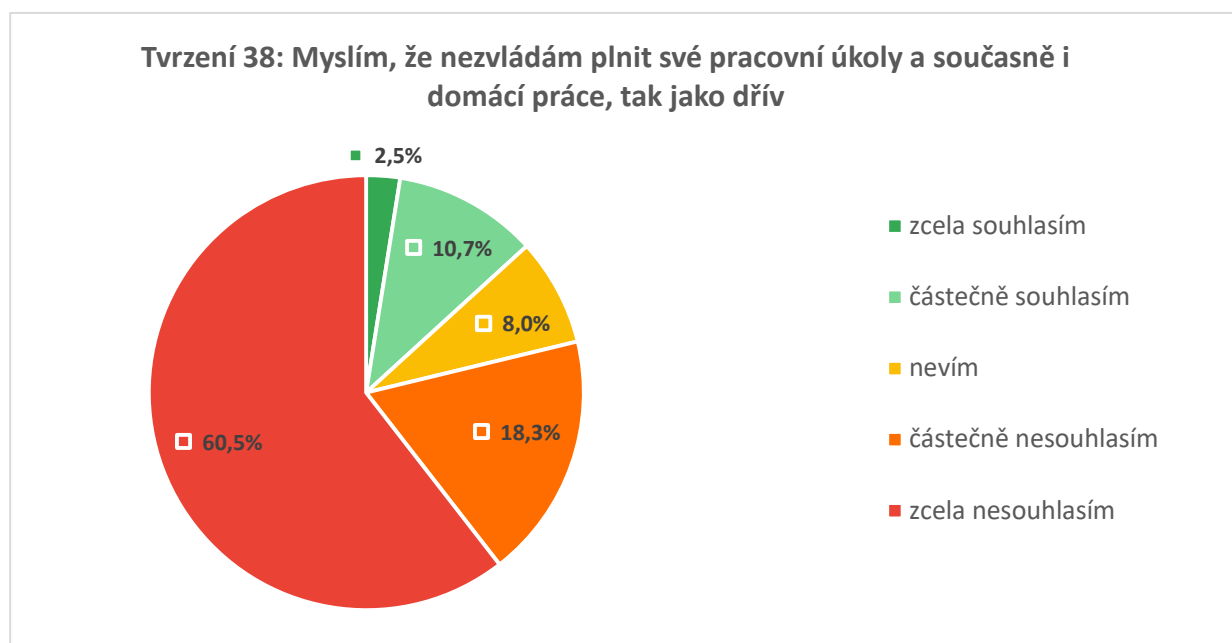
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	136	28,6%
částečně souhlasím	179	37,6%
nevím	19	4,0%
částečně nesouhlasím	97	20,4%
zcela nesouhlasím	45	9,5%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

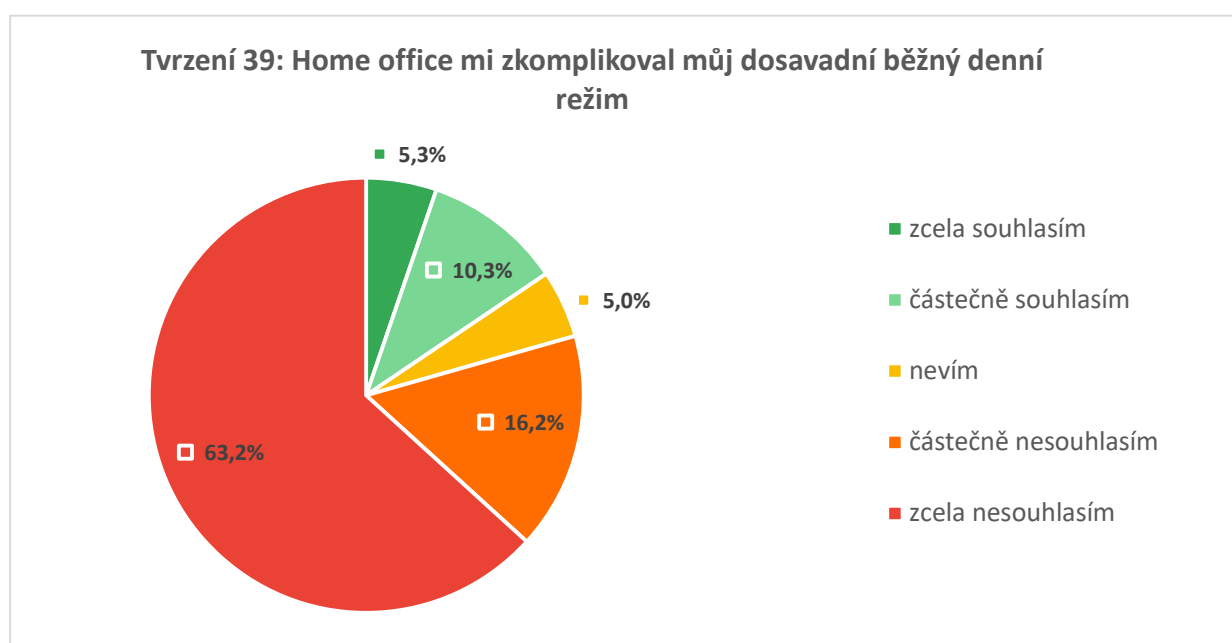
Tvrzení 38: Myslím, že nezvládám plnit své pracovní úkoly a současně i domácí práce, tak jako dřív

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	12	2,5%
částečně souhlasím	51	10,7%
nevím	38	8,0%
částečně nesouhlasím	87	18,3%
zcela nesouhlasím	288	60,5%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeního dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"
Tvrzení 39: Home office mi zkomplikoval můj dosavadní běžný denní režim

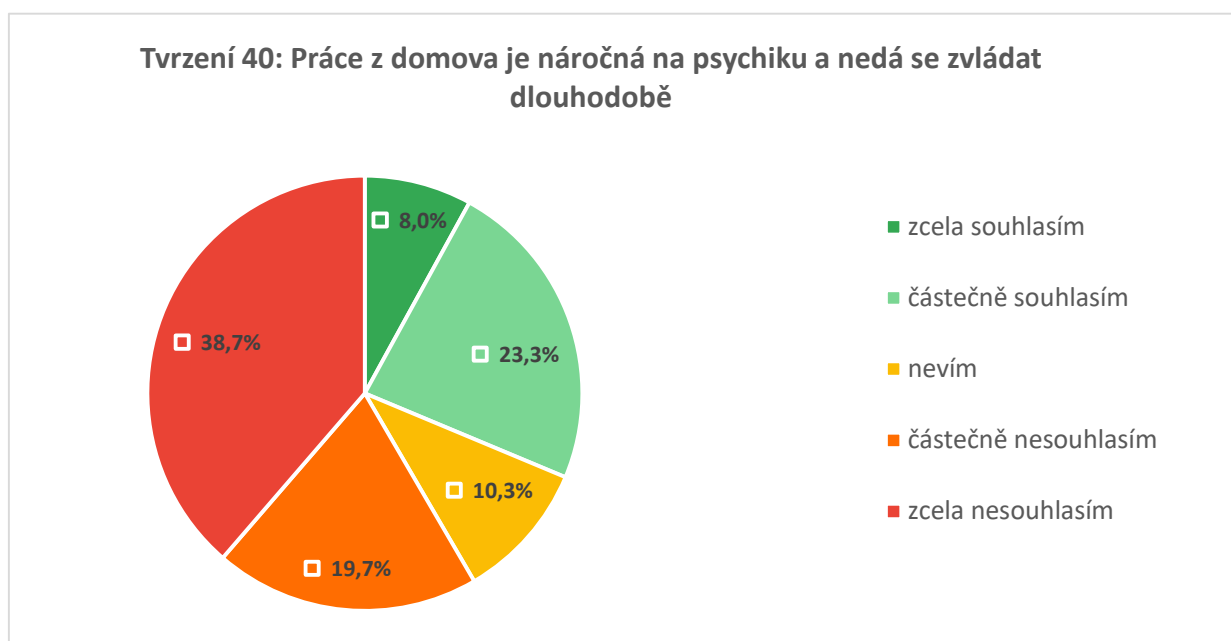
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	25	5,3%
částečně souhlasím	49	10,3%
nevím	24	5,0%
částečně nesouhlasím	77	16,2%
zcela nesouhlasím	301	63,2%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 40: Práce z domova je náročná na psychiku a nedá se zvládat dlouhodobě

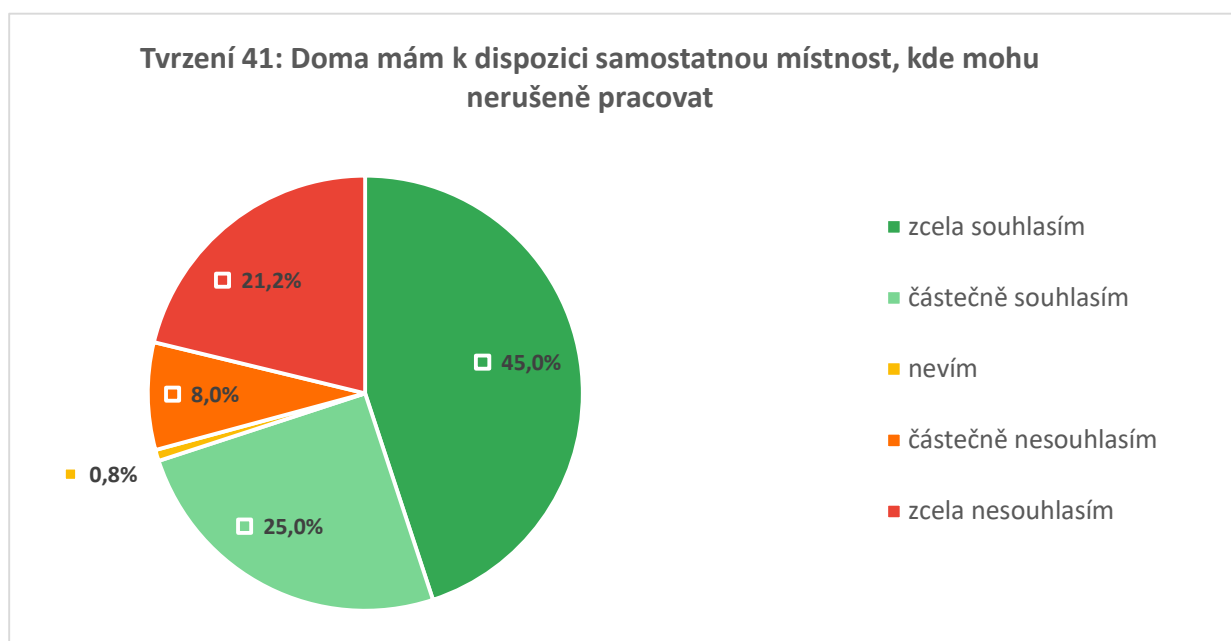
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	38	8,0%
částečně souhlasím	111	23,3%
nevím	49	10,3%
částečně nesouhlasím	94	19,7%
zcela nesouhlasím	184	38,7%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 41: Doma mám k dispozici samostatnou místnost, kde mohu nerušeně pracovat

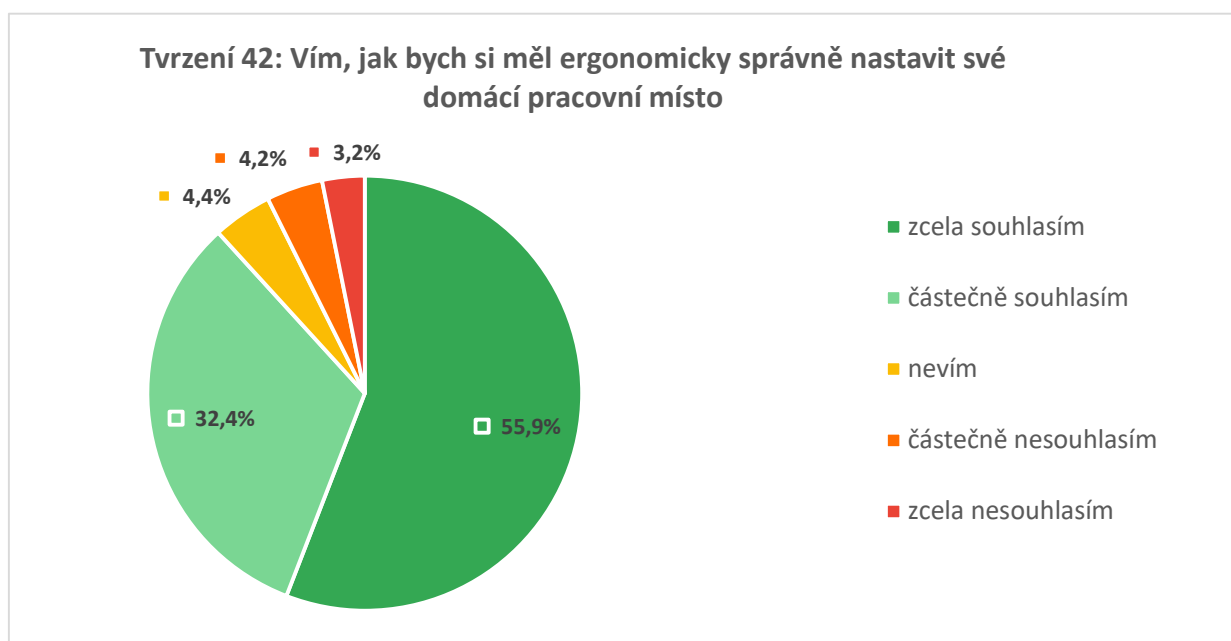
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	214	45,0%
částečně souhlasím	119	25,0%
nevím	4	0,8%
částečně nesouhlasím	38	8,0%
zcela nesouhlasím	101	21,2%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeního dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 42: Víím, jak bych si měl ergonomicky správně nastavit své domácí pracovní místo

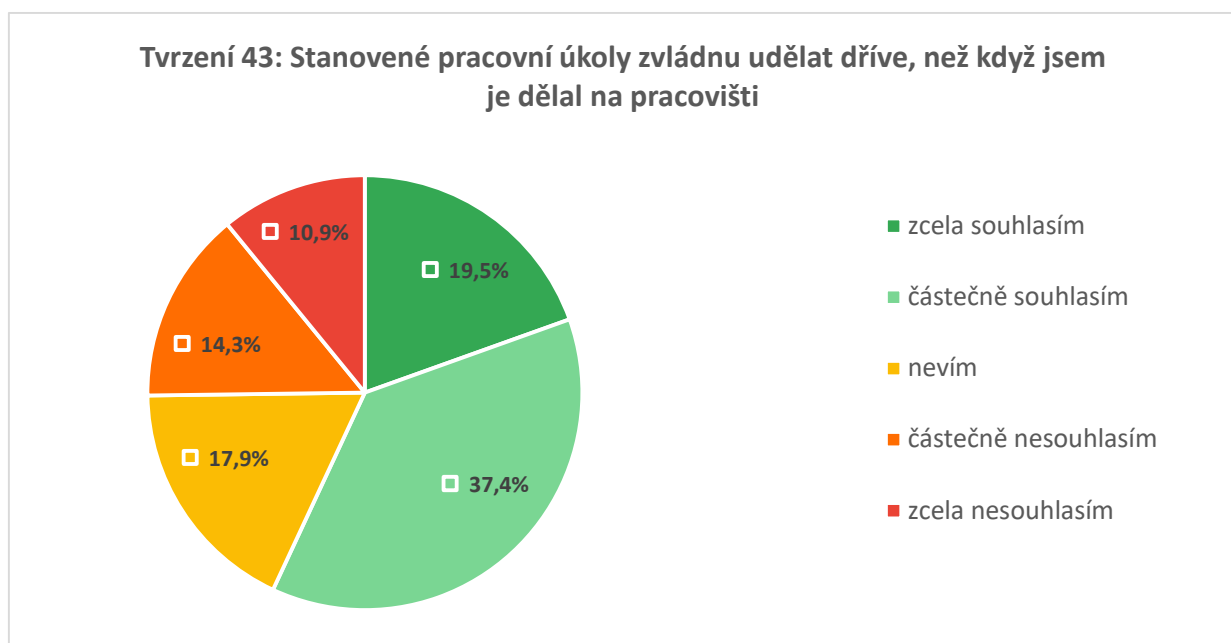
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	266	55,9%
částečně souhlasím	154	32,4%
nevím	21	4,4%
částečně nesouhlasím	20	4,2%
zcela nesouhlasím	15	3,2%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 43: Stanovené pracovní úkoly zvládnou udělat dříve, než když jsem je dělal na pracovišti

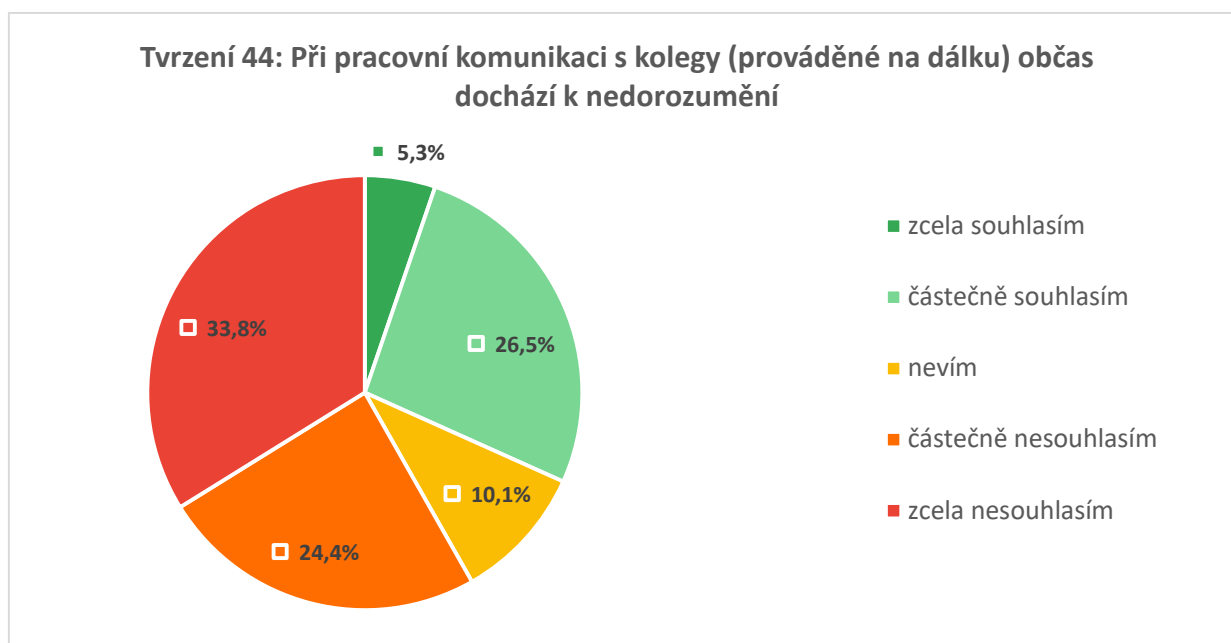
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	93	19,5%
částečně souhlasím	178	37,4%
nevím	85	17,9%
částečně nesouhlasím	68	14,3%
zcela nesouhlasím	52	10,9%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 44: Při pracovní komunikaci s kolegy (prováděné na dálku) občas dochází k nedorozumění

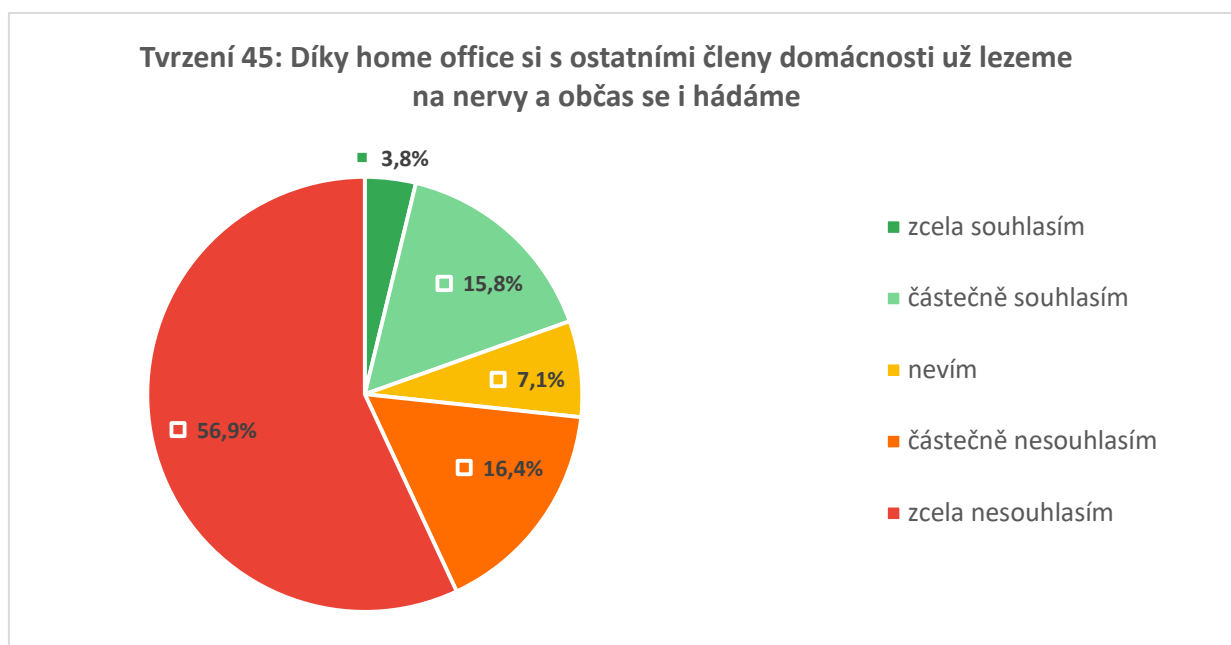
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	25	5,3%
částečně souhlasím	126	26,5%
nevím	48	10,1%
částečně nesouhlasím	116	24,4%
zcela nesouhlasím	161	33,8%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 45: Díky home office si s ostatními členy domácnosti už lezeme na nervy a občas se i hádáme

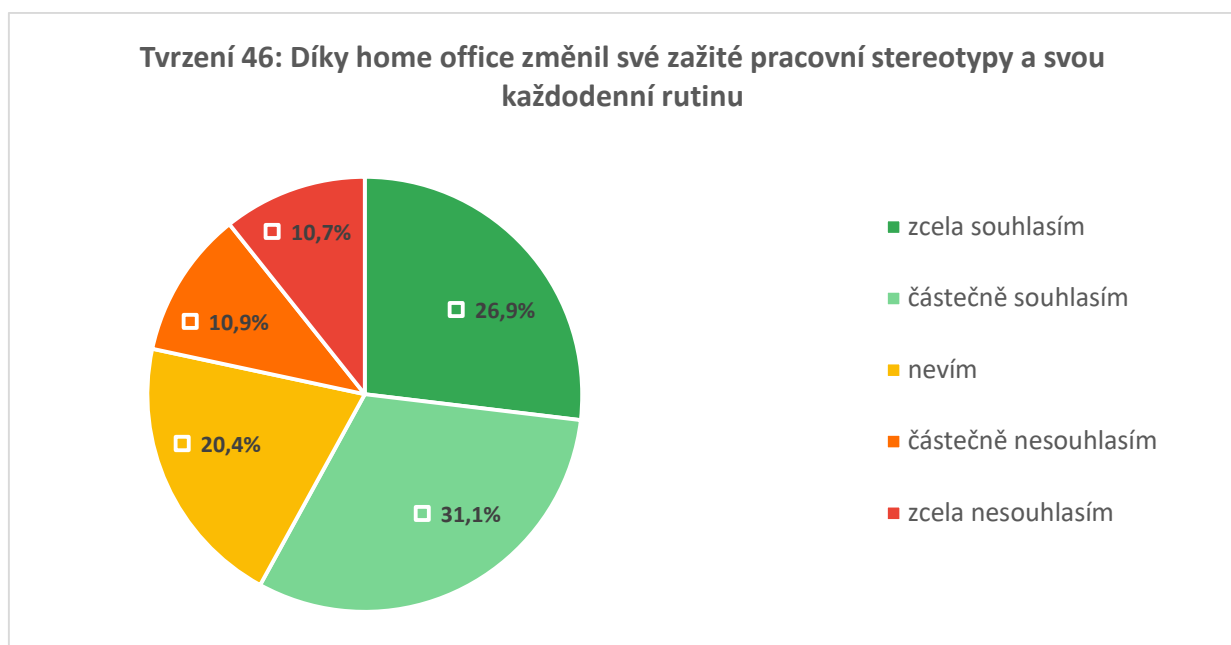
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	18	3,8%
částečně souhlasím	75	15,8%
nevím	34	7,1%
částečně nesouhlasím	78	16,4%
zcela nesouhlasím	271	56,9%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 46: Díky home office změnil své zažité pracovní stereotypy a svou každodenní rutinu

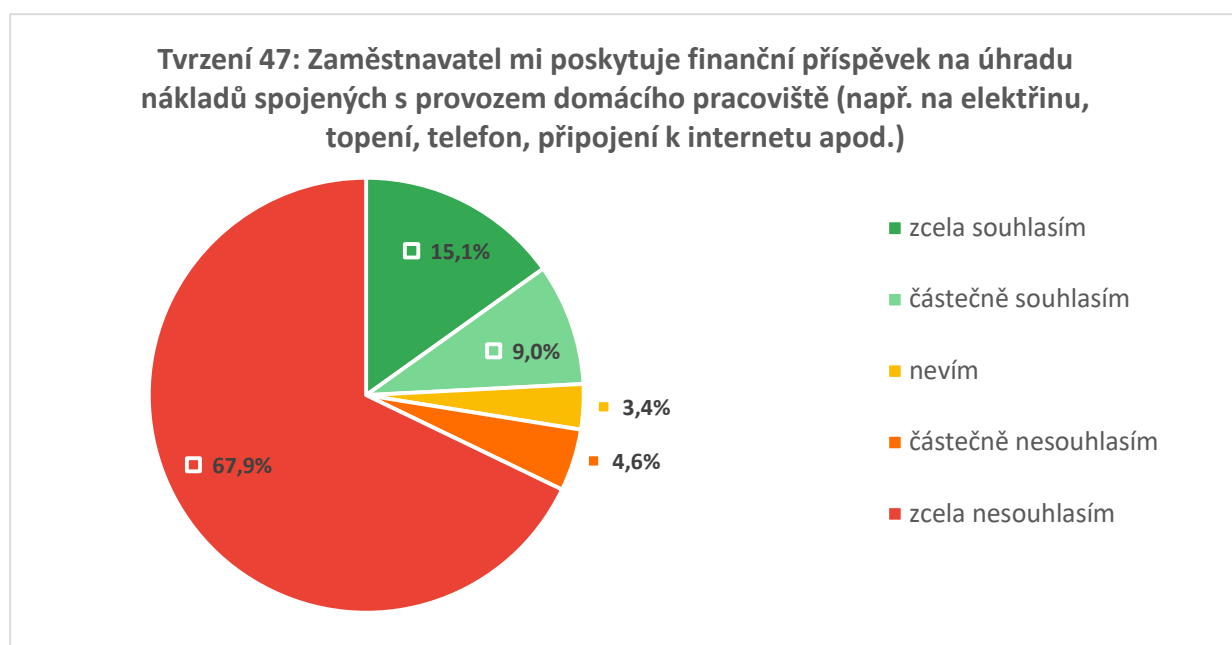
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	128	26,9%
částečně souhlasím	148	31,1%
nevím	97	20,4%
částečně nesouhlasím	52	10,9%
zcela nesouhlasím	51	10,7%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 47: Zaměstnavatel mi poskytuje finanční příspěvek na úhradu nákladů spojených s provozem domácího pracoviště (např. na elektřinu, topení, telefon, připojení k internetu apod.)

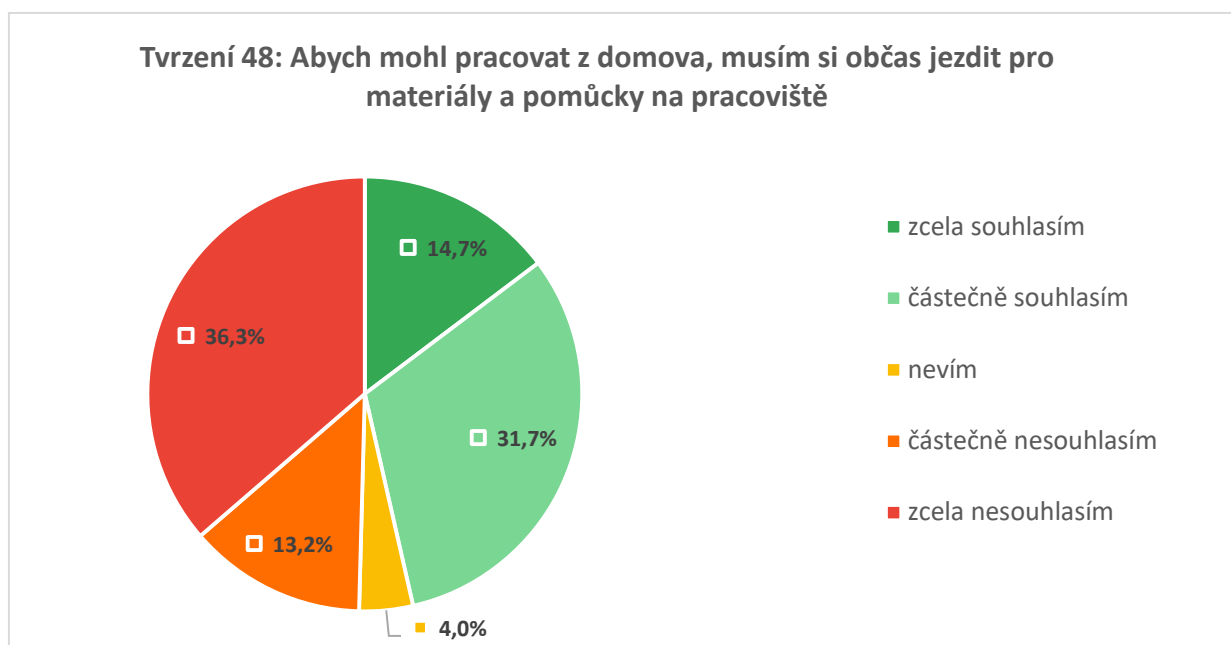
Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	72	15,1%
částečně souhlasím	43	9,0%
nevím	16	3,4%
částečně nesouhlasím	22	4,6%
zcela nesouhlasím	323	67,9%
Celkem	476	100,0%



Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 48: Abych mohl pracovat z domova, musím si občas jezdit pro materiály a pomůcky na pracoviště

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	70	14,7%
částečně souhlasím	151	31,7%
nevím	19	4,0%
částečně nesouhlasím	63	13,2%
zcela nesouhlasím	173	36,3%
Celkem	476	100,0%

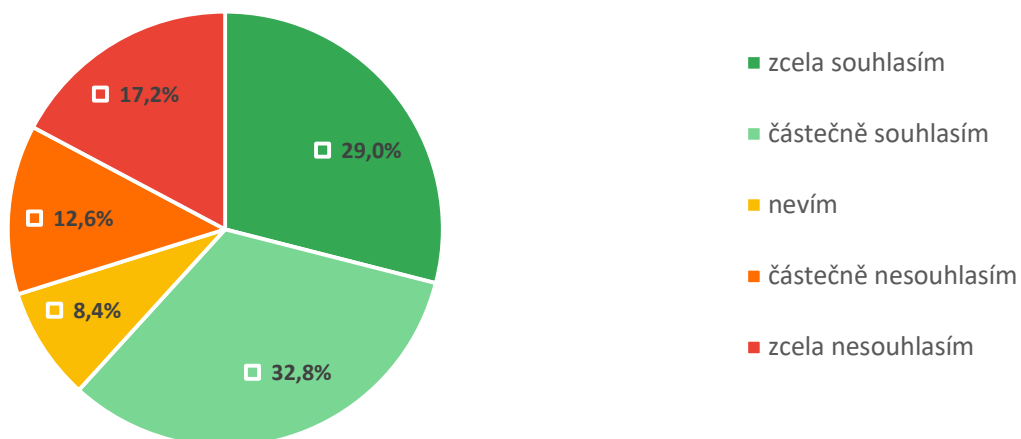


Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Tvrzení 49: Myslím, že doma při home office nesedím zrovna nejlépe

Varianty odpovědí	Počet respondentů	
zcela souhlasím	138	29,0%
částečně souhlasím	156	32,8%
nevím	40	8,4%
částečně nesouhlasím	60	12,6%
zcela nesouhlasím	82	17,2%
Celkem	476	100,0%

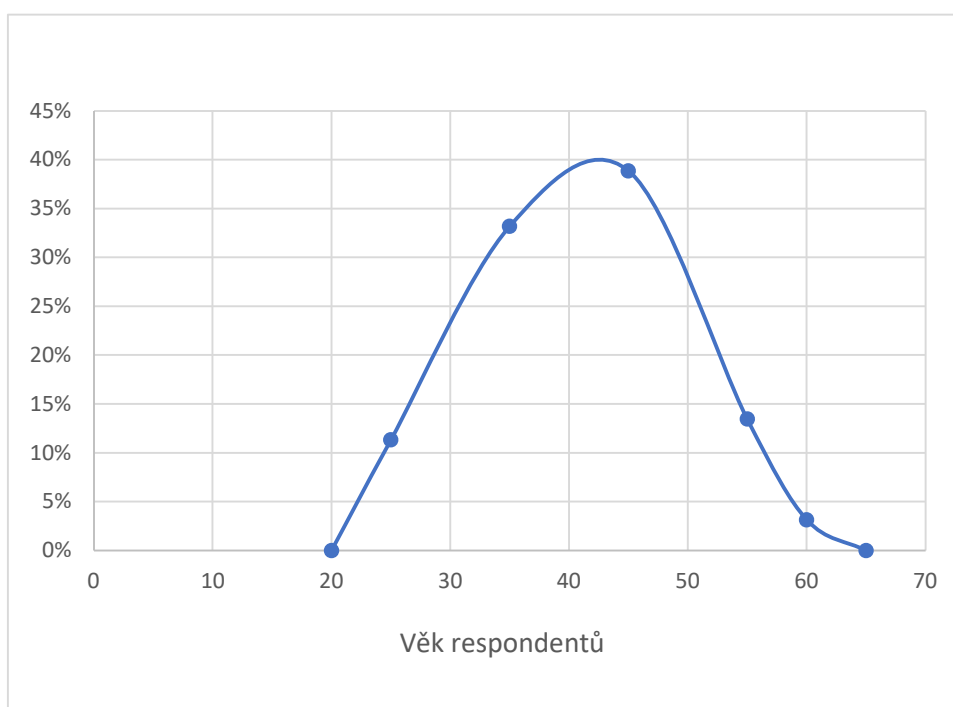
Tvrzení 49: Myslím, že doma při home office nesedím zrovna nejlépe



3. Vyhodnocení

Ve zkoumaném statistickém vzorku převažovali lidé pracující ve zpracovatelském průmyslu, kteří tvořili téměř polovinu všech respondentů. Významnou skupinou pak byly také respondenti ze sektoru Ostatní činnosti, kterých bylo 16 %. U této skupiny ale není možné zjistit, jakým činností se jejich zaměstnavatel věnuje. Ostatní činnosti dle klasifikace CZ-NACE pak měly je marginální zastoupení.

Téměř tři čtvrtiny z respondentů byli řadoví zaměstnanci s pracovním úvazkem větším jak 0,5. Vedoucích pak byla čtvrtina respondentů. Genderově byl statistický vzorek vyvážený, neboť mužů bylo cca 51 % a žen cca 49 %. Téměř tři čtvrtiny respondentů (72 %) bylo ve věku 30 až 49 roků. Rozložení věku respondentů bylo rovnoměrné a svým trendem se blížilo Gaussovu normálnímu rozdělení (viz Graf 1).



Graf 1

Největší procento zúčastněných respondentů (cca 44 %) žije ve městě okresního formátu (tj. 10 až 50 tis. obyvatel), což patrně nejlépe odpovídá i dislokaci výrobních průmyslových podniků, kde tito lidé pracují. Více jak dvě třetiny respondentů bydlí ve třípokojovém bytě (dispozice 3+1 nebo 3+kk), a to buď v rodinném domě, nebo v bytovém domě. To ukazuje na poměrně dobré prostorové zázemí pro práci v režimu home office. Jen necelých 15 % respondentů bydlí v bytě o dvou místnostech a jen naprosté minimum respondentů pak v jednopokojovém bytě.

Patrně příliš nepřekvapí, že lidé, kteří pracovali během pandemie Covid-19 z domova, byli administrativní pracovníci nebo lidé THP pracovníci (dohromady 84 % respondentů). Mezi homeworkery ale byli také lidé provádějící provozně-technické práce v průmyslové výrobě

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

(např. plánování, controlling, testování, projekce apod.) a výzkumní a vývojoví pracovníci, včetně laborantů (dohromady 13 % respondentů). Ostatní profese byly zastoupeny zcela minimálně nebo vůbec. Zajímavým zjištěním bylo, že již před pandemií Covid-19 téměř dvě třetiny zaměstnavatelů umožňovalo práci z domova (62 %), přičemž téměř polovina z našich respondentů (45 %) již před pandemií v tomto režimu (občas) pracovala. Je zajímavé, že se shodně jednalo o 45 % všech vedoucích pracovníků, jakož i o 45 % řadových zaměstnanců. Zdá se tedy, že home office nebyl před pandemií ničím mimořádným a firmy jej podle potřeby poměrně hojně využívaly pro všechny pracovní pozice.

Zajímavý pohled nabídl také odpovědi na otázku č. 11, z nichž se lze dozvědět, kolik osob a jakého věku sdílelo s našimi homeworkery jejich domácí prostředí. V 58 % domácností byl kromě homeworkera přítomen ještě nejméně jeden další dospělý člen rodiny. Pokud jde o děti, tak nejčastěji bylo v domácnosti přítomno jedno dítě, a to buď mladší 6 let, anebo ve věku 6 až 15 let (v obou případech se jednalo shodně o 16 % domácností). V téměř 10 % domácností pak byly přítomny děti dvě a v podobném počtu domácností (9 %) se nacházeli i teenageři (většinou jen jeden). Naopak pouze v 7 % případů pracoval homeworker doma sám, bez přítomnosti další osoby.

Pokud jde o místo, kde respondenti nejčastěji doma pracují, pak se v odpovědích objevovaly nejrůznější varianty. Převažoval psací stůl (celkem 340 respondentů, tj. 71 %), kuchyňský stůl (celkem 141 respondentů, tj. 30 %) a gauč či křeslo (celkem 65 respondentů, tj. 14 %). Z jednotlivých variant kombinací pak byly nejčastěji zastoupeny tyto:

- Pouze u psacího stolu (266 respondentů, tj. 56 %).
- Pouze u kuchyňského stolu (70 respondentů, tj. 15 %).
- U psacího stolu a u kuchyňského stolu (35 respondentů, tj. 7 %).
- Pouze na gauči nebo křesle (16 respondentů, tj. 3 %).

Další otázka se zaměřila na zmapování toho, jaké vybavení pro svou práci naši home workeri obvykle používají. V získaných odpovědích se objevovaly nejrůznější varianty, v nichž převažovaly položky notebook (celkem 452 respondentů, tj. 95 %), mobilní telefon (celkem 390 respondentů, tj. 82 %) a samostatná počítačová myš (celkem 355 respondentů, tj. 75 %). Z jednotlivých variant pak byly nejčastěji zastoupeny tyto kombinace pracovních pomůcek:

- Mobilní telefon + Notebook (po většinu času) + Samostatnou počítačovou myš (56 respondentů, tj. 12 %).
- Mobilní telefon + Notebook (po většinu času) (53 respondentů, tj. 11 %).
- Mobilní telefon + Notebook (po většinu času) + Samostatný monitor + Samostatnou klávesnici + Samostatnou počítačovou myš + Nastavitelnou kancelářskou židli (32 respondentů, tj. 7 %).
- Mobilní telefon + Notebook (po většinu času) + Samostatný monitor + Samostatnou klávesnici + Samostatnou počítačovou myš (30 respondentů, tj. 6 %).
- Pouze notebook (po většinu času) (19 respondentů, tj. 4 %).

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Otázka č. 15 se zaměřila na symptomy bolesti v různé části těla, které by mohly být způsobeny nevhodnou pracovní polohou při práci z domova. V odpovědích se nejčastěji objevovaly tyto položky:

- Žádnou bolest jsem nepocíťoval/a. (221 respondentů, tj. 46 %).
- Bolest v oblasti krku, krční páteře. (165 respondentů, tj. 35 %).
- Bolest v bederní části zad. (158 respondentů, tj. 33 %).

Pokud jde o kombinace odpovědí, pak se nejčastěji objevovaly tyto:

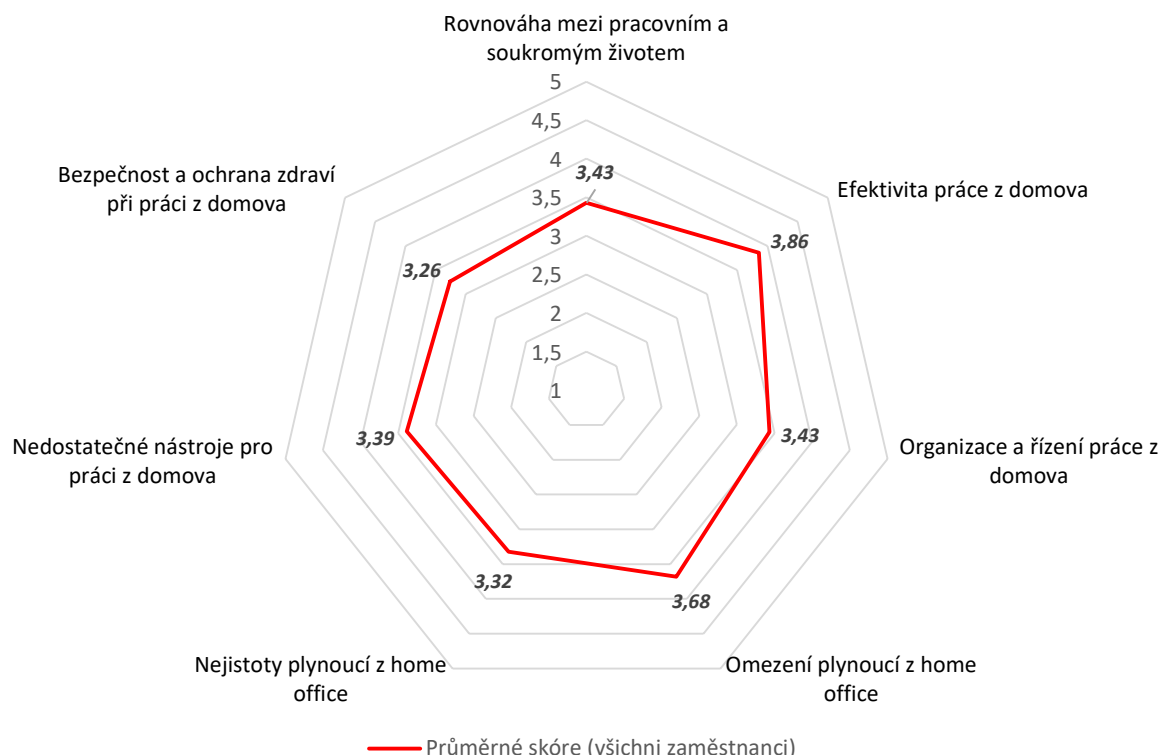
- Bolest v bederní části zad + Bolest v oblasti krku, krční páteře. (39 respondentů, tj. 8 %).
- Bolest v bederní části zad + Bolest v oblasti krku, krční páteře + Bolest v oblasti ramen. (20 respondentů, tj. 4 %).

S tím souvisela i následující otázka č. 16, která se snažila zmapovat, jaké zdravotní a psychické obtíže homeworkeři pocíťovali při práci z domova, resp. v důsledku práce v režimu home office. Dvě třetiny respondentů si nestěžovalo na žádné zdravotní nebo psychické problémy (67 %). Na únavu a ospalost si ale stěžovalo 15 % respondentů a na potíže související s očima 12 % respondentů. Pokud jde o kombinace odpovědí, pak v tomto případě se jednalo o nejrozličnější varianty, přičemž nikdy se nejednalo o kombinaci, která by se vyskytovala u více jak třech respondentů. Dá se tedy říct, že pouze jedna třetina respondentů si stěžovala na nějaké obtíže, převážně na únavu, ospalost, potíže související s očima, částečně také na nervozitu, roztěkanost, sníženou motivaci k práci, snížený zájem o kontakt s ostatními lidmi či bolesti hlavy, a to vždy v různých kombinacích těchto symptomů. Z těchto výsledků nelze usuzovat, že by některé z těchto symptomů případně jejich kombinace nějak výrazně dominovaly. Potvrzuje se tedy spíše obecný závěr, že výskyt nejrozličnějších zdravotních a duševních obtíží je spojen s různými příčinami, z nichž většinu nelze explicitně a jednoznačně dávat do souvislosti s prací z domova. Výjimkou mohou být pouze duševní obtíže, mezi které patří nervozita, roztěkanost, problémy se soustředěním, deprese, smutek nebo pocit letargie, snížená motivace k práci, zpomalené reakce, prokrastinace, snížený zájem o kontakt s ostatními lidmi, případně i úzkost, stres, starosti, obavy o budoucnost, které by mohly být prací v režimu home office do jisté míry vyvolány. Tyto symptomy se totiž vyskytovaly u přibližně 5 až 10 % respondentů.

Pokud jde o indikativní část provedeného dotazníkového šetření, pak výsledky získané **multifaktorovou analýzou** ukazují, že ve všech sledovaných oblastech jednotlivá skóre přesáhla hodnotu 3,0 (viz Graf 2). To značí pozitivní výsledek, tedy, že čeští homeworkeři vnímají práci z domova jako přínosnou. V rámci jednotlivých oblastí se celkové výsledky příliš neliší a vypadají poměrně jednotvárně. Ani při rozdělení získaných dat do dvou samostatných skupin, tj. vedoucí pracovníci a řadoví zaměstnanci, nejsou vidět výraznější rozdíly, jak ukazuje Graf 3. Zajímavý pohled ale skýtá vzájemné porovnání výsledků mezi námi sledovanými skupinami respondentů a

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

tytéž skupinami, které analyzoval Ipsen a kol.¹ (viz Graf 3). Čeští homeworkeři si v tomto srovnání vedou podstatně lépe než respondenti z ostatních států EU (viz tabulka). K tomuto závěru lze dospět jak u vedoucích pracovníků, tak i u řadových zaměstnanců, přičemž nejlepší výsledky (nejvyšší skóre) čeští respondenti dosáhli v oblastech efektivita práce z domova a omezení plynoucí z home office.

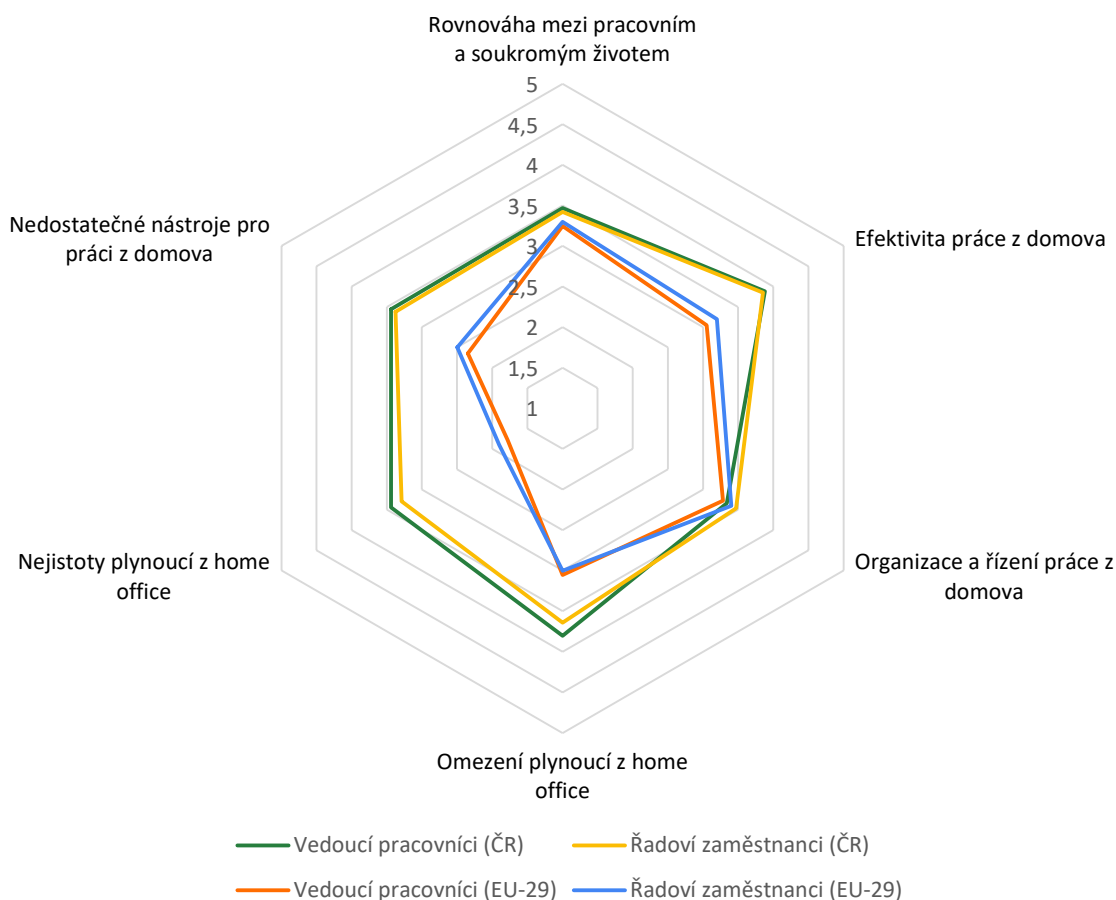


Graf 2

Sledovaná oblast (faktor)	Vedoucí pracovníci			Řadoví zaměstnanci		
	ČR	EU-29	rozdíl	ČR	EU-29	rozdíl
Rovnováha mezi pracovním a soukromým životem	3,47	3,25	+0,22	3,42	3,30	+0,12
Efektivita práce z domova	3,88	3,05	+0,83	3,85	3,20	+0,65
Organizace a řízení práce z domova	3,34	3,28	+0,06	3,47	3,40	+0,07
Omezení plynoucí z home office	3,80	3,05	+0,75	3,64	3,00	+0,64
Nejistoty plynoucí z home office	3,44	1,78	+1,66	3,29	1,90	+1,39
Nedostatečné nástroje pro práci z domova	3,44	2,35	+1,09	3,38	2,50	+0,88
Bezpečnost a ochrana zdraví při práci z domova	3,37	--	--	3,22	--	--

¹ V rámci této studie byla shromážděna od 5748 pracovníků z data z 29 evropských zemí, kteří během lockdownu (11. 3. až 8. 5. 2020) prováděli svou práci v režimu home office.

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"



Graf 3

Pokud jde právě o zmíněnou efektivitu práce, pak uvedený výsledek nutně neznamená, že by čeští homeworkeři pracovali oproti jejich evropským kolegům efektivněji. Spíše to poukazuje na to, že Češi vnímají práci ze svého domova jako výrazně efektivnější variantu ve srovnání se svým pracovním výkonem, který podávají na svých standardních pracovištích. Ačkoli tento závěr vychází ze subjektivních pocitů respondentů a nikoli z objektivního měření jejich pracovní výkonnosti, zdá se, že přinejmenším z hlediska vnitřního klidu skýtá práce z domova jistá pozitiva. Lidé se při home office cítí dobře a jsou vesměs spokojeni. Ostatně tento závěr potvrzují i výsledky v ostatních sledovaných oblastech. Zejména pak u těch, u nichž se výsledné skóre blížilo hodnotě 3,5, resp. tuto hodnotu převýšilo. Podle Ipsena totiž hodnota 3,5 prokazatelně potvrzuje, že respondenti vnímají home office v dané oblasti jako přínosný a pro ně vhodný. Největší (pozitivní) rozdíl pak lze pozorovat v oblasti nejistoty plynoucí z home office, kde oproti výsledkům získaných Ipsenem se u českých homeworkerů nevyskytuje obava z toho, že by práce z domova mohla v konečném důsledku ohrozit jejich existenční jistoty, jakými jsou zejména jejich pracovní místo, výše příjmů či duševní zdraví a rodinná pohoda. Naproti tomu si jsou lidé vědomi toho, že z důvodu home office mají vyšší náklady na provoz domácnosti, které jim ale zaměstnavatelé nerefundují buď vůbec anebo jen symbolicky. Taktéž českým homeworkerům příliš nevádí, že pro

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

home office jsou nuceni používat své vlastní pracovní prostředky, jakými je výpočetní a komunikační technika, nábytek atd. (týká se to tří čtvrtin respondentů). Tento svůj příspěvek ale berou jako určitou daň za to, že nemusejí dojíždět na pracoviště, čímž na druhou stranu nemalé finanční prostředky ušetří. Za velmi dobrý výsledek lze označit, že 70 % respondentů má pro práci z domova vhodné podmínky, lépe řečeno, má k dispozici samostatnou místnost, kde může nerušeně pracovat. Ovšem, co polovině respondentů chybí, je zázemí a benefity, které měli k dispozici na svém pracovišti (např. jídelna, konferenční místnosti apod.). Je to patrně způsobeno tím, že doma na lidi působí mnohem méně podnětů, většinu času tam tráví sami a nemají možnost popovídat si s kolegy nebo kamarády. Domácí prostředí je pořád stejné, statické a neměnné. I jídlo si zde musejí lidé připravovat sami, což ne každý vnímá jako přínosné. Rušivým elementem jsou také děti, o které je nutné se postarat přinejmenším alespoň v rovině zajištění stravování nebo dohledu při trávení volného času nebo online školní výuce. Ovšem možnost být na blízku své rodiny vnímá takřka 80 % respondentů jako obrovský benefit plynoucí z home office.

Pokud jde o BOZP, tak v této oblasti zatím lidé nepocítíují žádné zásadnější problémy. V rámci home office nezaznamenal úraz takřka nikdo, resp. jeden člověk ze sta (1 %) se zranil. Ovšem nedá se říct, že by se většina lidí ve svém domácím prostředí cítila bezpečněji než na svém standardním pracovišti. Odpovědi „cítím se doma bezpečněji“, resp. „cítím se na pracovišti bezpečněji“ označilo shodně 38 % respondentů. To je do značné míry překvapivé. Stejně tak je překvapivé i to, že dvě třetiny respondentů uvedlo, že před svým nástupem na home office byli zaměstnavatelem proškoleni o pravidlech BOZP při práci z domova. Také se ukázalo, že většina lidí (58 %) si připouští myšlenku, že by se jim i při home office mohl stát nějaký úraz. Velmi protichůdné jsou naproti tomu odpovědi na dvě tvrzení týkající se ergonomie. Na jednu stranu 88 % respondentů uvedlo, že ví, jak si má ergonomicky správně nastavit své domácí pracovní místo, ale současně téměř dvě třetiny respondentů (62 %) uvedlo, že si je vědomo toho, že při práci nesedí správně. To ukazuje spíše na to, že si lidé pouze naivně myslí, že ví, jak si mají své domácí pracovní místo nastavit a pečovat o něj, ale ve skutečnosti to neví, anebo to nedělají správně. Současně pro správné sezení nemají vhodnou pracovní židli a stůl, takže i při sebelepší snaze se jim nesedí dobře. Ostatně to do značné míry potvrzují i stížnosti na bolest v oblasti krku, krční a bederní páteře, jak již bylo zmíněno výše.

4. Použitá literatura

- [1] DISMAN, M. Dotazníkové šetření. In: Nešpor, Z.R. (ed.) *Sociologická encyklopedie* [online]. Praha: Sociologický ústav AV ČR, Poslední změna 28.10.2020 [cit. 20.11.2020]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/>.
- [2] GAVORA, P. Úvod do pedagogického výzkumu. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.
- [3] URBAN, J. Kroky při přípravě a realizaci dotazníkového šetření. [online]. Praha: Centrum pro otázky životního prostředí Univerzity Karlovy. [cit. 20.11.2020]. Dostupné z: https://www.czp.cuni.cz/czp/images/stories/Vystupy/Seminare/2005%20LS%20Ocenovani%20ZP/urban_priprava_dotazniku.pdf
- [4] PELIKÁN, J. Základy empirického výzkumu pedagogických jevů. Praha: Karolinum, 2004, ISBN 80-7184-569-8.
- [5] SVOBODA, M. (ed.), HUMPOLÍČEK, P., ŠNOREK, V. Psychodiagnostika dospělých. Praha: Portál, 2013.
- [6] REICHEL, J. Kapitoly metodologie sociálních výzkumů. Praha: Grada, 2009.
- [7] FERJENČÍK, J. Úvod do metodologie psychologického výzkumu : jak zkoumat lidskou duši. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-367-6.
- [8] Průzkum pracovního tempa v Česku 2021 [online]. Praha: Welcome to the Jungle Česko & Slovensko, 2021 [cit. 2021-11-04]. Dostupné z: https://mcusercontent.com/c157a18a2234f3adb80853e75/files/4fc80492-6347-43d6-9981-69429002a532/Pru_zkum_pracovni_ho_tempa_v_c_esku___2021.01.pdf
- [9] PFEIFER, M.R. Human Resources during COVID-19: A Monthly Survey on Mental Health and Working Attitudes of Czech Employees and Managers during the Year 2020. *Sustainability* 2021, 13, 10055. <https://doi.org/10.3390/su131810055>
- [10] XIAO Y, BECERIK-GERBER B, LUCAS G, ROLL S.C. Impacts of Working From Home During COVID-19 Pandemic on Physical and Mental Well-Being of Office Workstation Users. *JOEM*, 2021, Vol 63, 3, 181. DOI: 10.1097/JOM.0000000000002097
- [11] IPSEN, C.; VAN VELDHoven, M.; KIRCHNER, K.; HANSEN, J.P. Six Key Advantages and Disadvantages of Working from Home in Europe during COVID-19. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 1826. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041826>

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

Příloha 1: Použitý online dotazník

Přínosy a úskalí Home office

Vážená paní, vážený pane,

právě se Vám do rukou dostal dotazník, jehož účelem je zjistit Vaše názory a postoje týkající se práce z domova (home office).

Šetření provádí Znalecký ústav bezpečnosti a ochrany zdraví (ZÚBOZ). Jeho cílem je získání informací o aktuálních zkušenostech s home office a tím přispět k porozumění současných přínosů i úskalí této formy práce a možností jeho dalšího využití a rozvoje.

Prosíme, abyste dotazník vyplnili celý až do konce. Nezabere Vám to více jak 15 minut. Otázky, které jsou označeny červenou hvězdičkou, je nezbytné vyplnit. V případě, že tak neučiníte, nebude možné dotazník uzavřít a odeslat ke zpracování.

Dotazník je ANONYMNÍ a bude vyhodnocen strojově. Při šetření se nesbírají a nezpracovávají žádné citlivé osobní údaje ani IP adresa počítače respondentů. Nelze nijak zjistit Vaši identitu.

Děkujeme za Váš čas a ochotu se zapojit do tohoto průzkumu.

*Povinné pole

Dotazník

1. V jakém kraji se nachází Vaše standardní pracoviště? *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ Hlavní město Praha
☐ Jihočeský kraj
☐ Jihomoravský kraj
☐ Karlovarský kraj
☐ Královéhradecký kraj
☐ Liberecký kraj
☐ Moravskoslezský kraj
☐ Olomoucký kraj
☐ Pardubický kraj
☐ Plzeňský kraj
☐ Středočeský kraj
☐ Ústecký kraj
☐ Kraj Vysočina
☐ Zlínský kraj

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

2. Jaká je převažující činnost vaší organizace podle kódů CZ-NACE? (podrobněji viz zde <http://www.nace.cz/>) [pouze jedna odpověď] *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ Zemědělství, lesnictví, rybářství [A]
- ☐ Těžba a dobývání [B]
- ☐ Zpracovatelský průmysl [C]
- ☐ Výroba a rozvod elektřiny, plynu, tepla a klimatizovaného vzduchu [D]
- ☐ Zásobování vodou; činnosti související s odpadními vodami, odpady a sanacemi [E]
- ☐ Stavebnictví [F]
- ☐ Velkoobchod a maloobchod; opravy a údržba motorových vozidel [G]
- ☐ Doprava a skladování [H]
- ☐ Ubytování, stravování, pohostinství [I]
- ☐ Informační a komunikační činnosti [J]
- ☐ Peněžnictví a pojišťovnictví [K]
- ☐ Činnosti v oblasti nemovitostí [L]
- ☐ Profesní, vědecké a technické činnosti [M]
- ☐ Administrativní a podpůrné činnosti [N]
- ☐ Veřejná správa a obrana; povinné sociální zabezpečení [O]
- ☐ Vzdělávání [P]
- ☐ Zdravotní a sociální péče [Q]
- ☐ Kulturní, zábavní a rekreační činnosti [R]
- ☐ Ostatní činnosti [S]
- ☐ Činnosti domácností jako zaměstnavatelů; Činnosti domácností produkujících blíže neurčené výrobky a služby pro vlastní potřebu [T]

- ☐ Činnosti exterritoriálních organizací a orgánů [U]

3. Jaké je Vaše postavení ve firmě/organizaci? [pouze jedna odpověď] *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ vedoucí pracovník / manažer
- ☐ řadový zaměstnanec (s pracovním úvazkem větším jak 0,5)
- ☐ řadový zaměstnanec (s pracovním úvazkem menším jak 0,5)
- ☐ brigádník / externista (DPP/DPČ/OSVČ)

4. Vaše pohlaví *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ žena
- ☐ muž
- ☐ jiné (genderqueer)

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

5. Váš věk *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ 19 roků a méně
☐ 20-29 roků
☐ 30-39 roků
☐ 40-49 roků
☐ 50-59 roků
☐ 60 roků a více

6. V jak velké obci se nachází Vaše domácí pracoviště? *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ V obci s méně než 2 tisíci obyvateli
☐ V obci s 2 tisíci až 10 tisíci obyvateli
☐ V obci s 10 tisíci až 50 tisíci obyvateli
☐ V obci s 50 tisíci až 100 000 obyvateli
☐ V obci s více jak 100 000 obyvateli

7. Jak velký prostor máte pro práci na home office k dispozici? [pouze jedna odpověď] *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ Vícegenerační dům (dvě bytové jednotky, 4 a více místností)
☐ Jednogenerační rodinný dům (3 a více místností)
☐ Byt o třech a více místnostech (3+1 nebo 3+kk a větší)
☐ Byt o dvou místnostech (2+1 nebo 2+kk)
☐ Byt o jedné místnosti (1+1 nebo 1+kk)
☐ Jiné

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

8. Jaký byl převažující charakter Vaší práce před nástupem na home office? [pouze jedna odpověď] *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ Administrativní činnost (práce v kanceláři nebo v dohledovém centru)
- ☐ Technicko-organizační činnost (kombinace práce v kanceláři a v provozu/terénu)
- ☐ Pedagogická činnost, školení osob (prezenční výuka na pracovišti, u zákazníků apod.)
- ☐ Výzkumná a vývojová činnost, laboratorní práce (kombinace práce v kanceláři a v laboratoři).
- ☐ Prodejní a obchodní činnost v provozovně
- ☐ Poskytování služeb klientům v provozovně nebo v terénu (např. konzultanti, maséři, sociální pracovníci, průvodci apod.)
- ☐ Řízení dopravních prostředků (osobní a nákladní doprava vč. vnitropodnikové)
- ☐ Řemeslná činnost, drobná výroba nebo komunální služby (v dílně nebo u zákazníků)
- ☐ Provozně-technické práce v průmyslové výrobě (např. plánování, controlling, testování, projekce apod.)
- ☐ Manuální práce v průmyslové výrobě (práce všeho druhu)
- ☐ Manuální práce ve stavebnictví (práce všeho druhu)
- ☐ Manuální práce v gastronomii a výrobě potravin
- ☐ Manuální práce v zemědělské výrobě, lesnictví nebo rybářství (převážně v terénu)
- ☐ Jiné.

9. Umožňoval váš zaměstnavatel práci v režimu home office už před pandemií COVID-19? *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ Ano
- ☐ Ne
- ☐ Nevím

10. Pracoval/a jste Vy z domova (i jen částečně) už před pandemií COVID-19? *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ Ano
- ☐ Ne

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

11. Kolik dalších osob s Vámi sdílí prostor během Vaší práce na home office? (příp. se zamyslete, jaká byla situace, když jste pracoval/a na home office) *

Označte jen jednu elipsu na každém řádku.

	0	1	2	3	4 a více
Dospělé osoby	☐	☐	☐	☐	☐
Děti mladší 6 let	☐	☐	☐	☐	☐
Děti ve věku 6 až 15 let	☐	☐	☐	☐	☐
Teenageři ve věku 16 až 19 let	☐	☐	☐	☐	☐

12. Na jakém místě při home office nejčastěji pracujete? (příp. se zamyslete, jaká byla situace, když jste pracoval/a na home office) [možno více odpovědí] *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- ☐ U psacího stolu
- ☐ U kuchyňského stolu
- ☐ U konferenčního stolu
- ☐ Na gauči nebo křesle
- ☐ V posteli
- ☐ V koupelně nebo WC
- ☐ Jinde

13. Jaké vybavení pro svou práci na home office obvykle používáte? (příp. se zamyslete, jaká byla situace, když jste pracoval/a na home office) [možno více odpovědí] *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- ☐ Mobilní telefon
- ☐ Notebook (po většinu času)
- ☐ Stolní počítač (po většinu času)
- ☐ Tiskárna
- ☐ Samostatný monitor
- ☐ Samostatnou klávesnici
- ☐ Samostatnou počítačovou myš
- ☐ Gelovou podložku pod myš
- ☐ Nastavitelnou kancelářskou židli
- ☐ Podnožku
- ☐ Podsedák
- ☐ Jiné

14. Jak změnila práce z domova Váš pracovní život? Vyjádřete se k níže uvedeným tvrzením. [vždy pouze jedna odpověď]

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- ☐ Rozumím zadání.

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

15. Při práci se mohu plně soustředit na svou práci bez zbytečného vyrušování. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

16. Mám jasně stanovené pracovní úkoly a vím, co ode mě zaměstnavatel očekává. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

17. Jsem rád, že díky home office mohu být blízko své rodině. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

18. Práce, kterou dělám z domova, není tak zajímavá jako práce, kterou jsem dělal/a na svém pracovišti. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

19. Myslím, že home office není pro mou práci příliš vhodný. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

20. Ke své práci potřebuji vybavení a pomůcky, které doma nemám k dispozici. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

21. Doma se cítím bezpečněji než na pracovišti. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

22. Zvládnu dělat i jinou práci, na kterou bych na pracovišti normálně neměl čas. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

23. Nejsem omezován v tom, jak dlouhou přestávku budu mít, ani v tom jak a kde ji budu trávit. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

24. Atmosféru u mě doma mám radši než tu na pracovišti. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

25. Díky práci z domova se cítím být vyřazen/a ze společnosti *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

26. Těším se, až home office skončí a budu se moct zase vrátit na své pracoviště. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

27. K některým datům nebo dokumentům potřebným pro svou práci nemám z domova přístup. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

28. Doposud se mi při home office nestal žádný úraz. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

29. Ostatní členové rodiny nebo domácí mazlíčci mě při práci vyrušují. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

30. Můj šéf mě během práce nekontroluje, mám absolutní volnost. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

31. Vítám, že jsem ušetřil čas spojený s dojížděním na pracoviště. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

32. Od té doby, co pracuji z domova, jsem přibral/a na váze. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

33. Poté, co jsem začal pracovat z domova, klesly moje příjmy. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

34. Chybí mi zázemí a benefity, které jsme měli k dispozici na pracovišti (např. jídelna, konferenční místnosti apod.). *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

35. Byl jsem zaměstnavatelem proškolen o pravidlech BOZP při práci z domova. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

36. Někdy se musím do plnění pracovních úkolů nutit. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

37. Mívám pravidelné porady se svým šéfem nebo kolegy (videokonference, telefonicky). *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

38. Při práci z domova je pro mě snazší být v kontaktu s kolegy nebo klienty než z pracoviště. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

39. Přestal jsem si rozumět s kolegy, protože už se moc nevidáme. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

40. Bojím se, že díky dlouhodobému home office bych mohl přijít o zaměstnání. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

41. Pro práci z domova používám vlastní výpočetní techniku, nábytek (židle, stůl) a další vybavení. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

42. Jsem přesvědčen, že při práci z domova se mi nemůže stát žádný úraz. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

43. Některé podněty odvádějí mou pozornost během práce. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

44. Mám nastaven denní časový harmonogram a ten skutečně dodržuji. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

45. Občas cítím, že home office mi ubírá až příliš z času, který bych měl věnovat své rodině nebo svým koníčkům. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

46. Je pro mě náročné pracovat s komunikačními software (Microsoft Teams, Skype, Zoom apod.). *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

47. V důsledku práce z domova mi výrazně vzrostly náklady a výdaje. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

48. Doma mě při práci obtěžuje hluk, ostré světlo nebo nevhodné mikroklima. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

49. Pociťuji, že při práci z domova mám méně pohybu než dřív. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

50. Svou práci musím často přerušovat kvůli plnění domácích povinností. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

51. Pečlivě si hlídám celkovou dobu, kterou věnuji pracovním povinnostem. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

52. Myslím, že nezvládám plnit své pracovní úkoly a současně i domácí práce, tak jako dřív. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

53. Home office mi zkomplikoval můj dosavadní běžný denní režim. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

54. Práce z domova je náročná na psychiku a nedá se zvládat dlouhodobě. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

55. Doma mám k dispozici samostatnou místnost, kde mohu nerušeně pracovat. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

56. Vím, jak bych si měl ergonomicky správně nastavit své domácí pracovní místo. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

57. Stanovené pracovní úkoly zvládnou udělat dříve, než když jsem je dělal na pracovišti. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

58. Při pracovní komunikaci s kolegy (prováděné na dálku) občas dochází k nedorozumění. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

59. Díky home office si s ostatními členy domácnosti už ležeme na nervy a občas se i hádáme. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

60. Jsem rád, že jsem díky home office změnil své zažité pracovní stereotypy a svou každodenní rutinu. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

61. Zaměstnavatel mi poskytuje finanční příspěvek na úhradu nákladů spojených s provozem domácího pracoviště (např. na elektřinu, topení, telefon, připojení k internetu apod.). *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

62. Abych mohl pracovat z domova, musím si občas jezdit pro materiály a pomůcky na pracoviště. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

Výsledky provedeného dotazníkového šetření "Přínosy a úskalí Home office"

63. Myslím, že doma při home office nesedím zrovna nejlépe. *

Označte jen jednu elipsu.

- ☐ zcela souhlasím
☐ částečně souhlasím
☐ nevím
☐ částečně nesouhlasím
☐ zcela nesouhlasím

64. Ve které části těla jste při home office pociťoval/a bolest? [možno více odpovědí] *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- ☐ Bolest v bederní části zad.
☐ Bolest v oblasti krku, krční páteře.
☐ Bolest v oblasti ramen.
☐ Bolest loktů a předloktí.
☐ Bolest zápěstí.
☐ Bolest dlaní a prstů.
☐ Bolest hýždí.
☐ Bolest stehen a podkoleních jamek.
☐ Bolest lýtek.
☐ Bolest chodidel.
☐ Žádnou bolest jsem nepociťoval/a.

65. Jaké zdravotní a duševní obtíže jste pociťoval/a nebo pociťujete v důsledku home office? [možno více odpovědí] *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- ☐ Kardiovaskulární potíže (např. zvýšený/snížený krevní tlak, bolest na hrudi, bušení srdce, srdeční slabost).
☐ Dýchací potíže (např. dušnost, škrábání v krku, chrapot apod.).
☐ Zažívací potíže (např. změny chuti k jídlu, žaludeční potíže, potíže s vylučováním apod.).
☐ Potíže související s očima (např. podráždění očí, zánět spojivek, rozmazané vidění, syndrom suchého oka apod.).
☐ Potíže související s kůží (např. vysušená popraskaná kůže, svědění, zarudnutí/ekzémy apod.).
☐ Bolesti hlavy nebo migrény.
☐ Únava, ospalost.
☐ Nervozita, roztěkanost, problémy se soustředěním.
☐ Deprese, smutek nebo pocit letargie.
☐ Nespavost nebo problémy se spánkem.
☐ Snížená motivace k práci, zpomalené reakce, prokrastinace.
☐ Úzkost, stres, starosti, obavy o budoucnost.
☐ Změny nálad, podrážděnost.
☐ Snížený zájem o kontakt s ostatními lidmi.
☐ Žádné zdravotní nebo duševní obtíže jsem nepociťoval/a.

Obsah není vytvářen ani schválen Googlem.

Google Formuláře