



VRAGENLIJST OVER HET WERKVERMOGEN

De vragenlijst over het werkvermogen - internationaal gekend als de Work Ability Index [WAI] - peilt naar de mate waarin een werknemer in staat is om zijn/haar huidige werk uit te (blijven) oefenen. De vragenlijst onderzoekt hoe het 'werkvermogen' van een werknemer wordt beïnvloed door individuele capaciteiten enerzijds en door de arbeidssituatie waarin hij/zij werkt anderzijds. Het is een hulpmiddel om de inzetbaarheid van werknemers op langere termijn te voorspellen en/of te beïnvloeden.

Deze Nederlandstalige versie is een niet-gevalideerde vertaling van de Engels- en Duitstalige versies die vrij beschikbaar zijn op het internet.

Onder andere op:

<http://www.arbeitsfaehigkeit.uni-wuppertal.de/index.php?wai-online-en>
(*versie in het Engels*)

<http://www.arbeitsfaehigkeit.uni-wuppertal.de/index.php?WAI-Online>
(*versie in het Duits*)

Omdat deze vertaling niet wetenschappelijk gevalideerd is, raden wij aan om ze enkel te gebruiken als inspiratie voor verder onderzoek.



1. Is jouw werk:

- ☐ psychisch belastend?
- ☐ fysiek belastend?
- ☐ fysiek en psychisch belastend?

2. Je huidig werkvermogen in vergelijking met je hoogste werkvermogen ooit

De term 'werkvermogen' verwijst naar de mate waarin iemand lichamelijk en geestelijk in staat is om zijn/haar werk uit te voeren. Als jij er van uit gaat dat jouw optimaal werkvermogen een waarde heeft van 10 punten. Hoeveel punten zou je dan geven aan je huidig werkvermogen?

(0 betekent dat je momenteel helemaal niet kan werken)

☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
helemaal niet in staat tot werken									optimaal werkvermogen	

3. Werkvermogen in verhouding tot de vereisten

Hoe schat je jouw huidig werkvermogen in ten aanzien van de fysieke vereisten van je werk?

- ☐ heel goed
- ☐ tamelijk goed
- ☐ matig
- ☐ eerder slecht
- ☐ heel slecht

Hoe schat je jouw huidig werkvermogen in ten aanzien van de mentale vereisten van je werk?

- ☐ heel goed
- ☐ tamelijk goed
- ☐ matig
- ☐ eerder slecht
- ☐ heel slecht

4. Huidige ziekten

Duid in de volgende lijst je ziekten of kwetsuren aan. Duid ook aan of deze ziekten door een dokter werden vastgesteld of behandeld.

		JA Eigen diagnose	JA Dokters - diagnose	Neen
01	Kwetsuur ten gevolge van een ongeval (bv. in rug of ledematen, brandwonden)			
02	Ziekte gerelateerd aan het skeletspierstelsel in rug, ledematen of ander lichaamsdeel (bv. terugkerende pijn in gewricht of spier, ischias, reuma, artritis)			
03	Cardiovasculaire ziekte (bv. hypertensie, coronaire hartziekte)			
04	Ademhalingsziekte (bv. terugkerende infecties aan de luchtwegen, astma, emfyseem)			
05	Psychische stoornis (bv. depressie, "burn-out", angsten of slapeloosheid)			
06	Neurologische of zintuiglijke ziekte (bv. oor- of oogziekte, migraine, epilepsie)			
07	Spijverteringsziekte/-aandoening (bv. gastritis, galstenen, lever- of alvleesklierziekte, veelvuldige constipatie)			
08	Urogenitale ziekte (bv. ontsteking aan de urinewegen, gynaecologische ziekte, prostaat)			
09	Huidziekte (bv. allergische of andere uitslag, spataderen)			
10	Tumor of kanker			
11	Endocriene of metabole ziekte (bv. diabetes, ernstige obesitas, jicht)			
12	Bloedziekte (bv. Bloedarmoede, andere bloedaandoening of - tekorten)			
13	Geboortefwijking			
14	Andere aandoening of ziekte			

5. Geschatte werkbeperking ten gevolge van ziekte

Vormt jouw ziekte of kwetsuur een belemmering bij het uitvoeren van je huidige job?

(Vink meerdere opties aan indien nodig)

- ☐ Er is geen belemmering / ik heb geen ziekte
- ☐ Ik kan mijn job doen, maar ik heb last van enkele symptomen

- ☐ Ik moet soms mijn werk trager uitvoeren of mijn werkmethodes veranderen
- ☐ Ik moet vaak mijn werk trager uitvoeren of mijn werkmethodes veranderen
- ☐ Door mijn conditie voel ik dat ik enkel deeltijds kan werken
- ☐ In mijn opinie ben ik helemaal niet in staat om te werken

6. Ziekte tijdens het laatste jaar (12 maanden)

Tijdens de laatste 12 maanden, hoeveel hele dagen ben je afwezig geweest ten gevolge van ziekte?

- ☐ geen
- ☐ max. 9 dagen
- ☐ 10 – 24 dagen
- ☐ 25 – 99 dagen
- ☐ 100 – 354 dagen

7. Inschatting van jouw werkvermogen binnen 2 jaar

Denk je, volgens je huidige gezondheidstoestand, dat je in staat zal zijn om de komende 2 jaar je huidige job uit te blijven voeren?

- ☐ onwaarschijnlijk ☐ niet zeker ☐ tamelijk zeker

8. Mentale ingesteldheid

Als je terugkijkt op de laatste 3 maanden, heb je plezier kunnen beleven aan je normale dagelijkse activiteiten?

- ☐ altijd ☐ eerder vaak ☐ soms ☐ eerder zelden ☐ nooit

Als je terugkijkt op de laatste 3 maanden, was je actief en alert?

- ☐ altijd ☐ eerder vaak ☐ soms ☐ eerder zelden ☐ nooit

Als je terugkijkt op de laatste 3 maanden, had je een positieve kijk op de toekomst?

- ☐ altijd ☐ eerder vaak ☐ soms ☐ eerder zelden ☐ nooit