

Translated Bilingual Survey

Codes	Items	5 Always	4 Often	3 Sometimes	2 Seldom	1 Never/Hardly Ever
	سوالات/مضامین	ہمیشہ	اکثر	بعض اوقات	کبھی کبھار	کبھی نہیں/شاید ہی کبھی
Influence at Work (IN)						
کام پر اثر						
IN1	Do you have a large degree of influence on the decisions concerning your work? کیا آپ اپنے کام کے متعلق فیصلوں پر بڑی حد تک اثر رکھتے ہیں؟					
IN2	Do you have a say in choosing who you work with? آپ کس کے ساتھ کام کرتے ہیں کیا اس کے انتخاب میں آپ کی کوئی رائے ہوتی ہے؟					
IN3	Can you influence the amount of work assigned to you? آپ کے ذمے لگائے جانے والے کام کی مقدار پر آپ اثر رکھتے ہیں؟					
IN4	Do you have any influence on what you do at work? اگر آپ دفتر میں کچھ کام کرتے ہیں، اس پر اثر رکھتے ہیں؟					
IN5	Can you influence how quickly you work? کیا آپ اس کی استطاعت رکھتے ہیں کہ آپ کتنی تیزی سے کام کر لیتے ہیں؟					
Possibilities for Development (PD)						
ترقی کے امکانات						
PD1	Do you have the possibility of learning new things through your work? کیا آپ کے پاس اپنے کام کے توسط سے کوئی نئی چیز سیکھنے کا امکان ہے؟					

PD2	Can you use your skills or expertise in your work? کیا آپ اپنے کام میں اپنی صلاحیت یا مہارت استعمال کر سکتے ہیں؟					
PD3	Does your work give you the opportunity to develop your skills? کیا آپ کا کام آپ کو اپنی مہارتوں میں ترقی کا موقع فراہم کرتا ہے؟					
Variation of Work (VW) کام میں تبدیلی						
VW1	Is your work varied? کیا آپ کا کام تبدیل ہوتا رہتا ہے؟					
VW2	Do you have to do the same thing over and over again? کیا آپ کو ایک ہی کام بار بار کرنا پڑتا ہے؟					
Control Over Working Time (CT) کام کے اوقات پر دسترس						
CT1	Can you decide when to take a break? کیا آپ فیصلہ کرتے ہیں کہ کام میں وقفہ کب کرنا ہے؟					
CT2	Can you take holidays more or less when you wish? کیا آپ جب چاہیں کم یا زیادہ چھٹیاں لے سکتے ہیں؟					
CT3	Can you leave your work to have a chat with a colleague? کیا آپ اپنے ہم کار (ساتھ کام کرنے والوں) کے ساتھ بات چیت کرنے کے لئے کام چھوڑ سکتے ہیں؟					
CT4	If you have some private business is it possible for you to leave your place of work for half an hour without special permission? اگر آپ کو کوئی ذاتی کام ہو تو کیا یہ ممکن ہے کہ آپ خصوصی اجازت کے بغیر ادھ گھنٹے کے لئے اپنے کام کی جگہ چھوڑ سکتے ہوں؟					
CT5	Do you have to do overtime? کیا آپ کو زائد وقت کے لئے کام کرنا پڑتا ہے؟					

Meaning of Work (MW)						
کام کا مفہوم						
MW1	Is your work meaningful? کیا آپ کا کام مفید ہے؟					
MW2	Do you feel that the work you do is important? کیا آپ محسوس کرتے ہیں کہ جو کام آپ کرتے ہیں وہ اہم ہے؟					
Sleeping Trouble (SL): بے خوابی						
These questions are about how you have been during the last 4 weeks.						
یہ سوالات گزشتہ چار ہفتوں کے دورانیے میں آپ کی صحت کے حوالے سے ہیں۔						
ST1	How often have you slept badly and restlessly? آپ کتنی مرتبہ بے خوابی اور بے چینی کا شکار ہوئے؟					
ST2	How often have you found it hard to go to sleep? کتنی مرتبہ آپ کو سونے میں مشکل پیش آئی ہے؟					
ST3	How often have you woken up too early and not been able to get back to sleep? کتنی مرتبہ آپ بہت جلدی بیدار ہوئے ہیں اور دوبارہ سو نہ سکے ہوں؟					
ST4	How often have you woken up several times and found it difficult to get back to sleep? متعدد بار اٹھنا کتنی بار پیش آیا ہے اور دوبارہ سونے میں کتنی مشکل پیش آئی؟					
Somatic Stress (SO): اعصابی تناؤ/جسمانی عارضہ						
These questions are about how you have been during the last 4 weeks.						
یہ سوالات گزشتہ چار ہفتوں کے دورانیے میں آپ کی صحت کے حوالے سے ہیں۔						
SO1	How often have you had stomachache? آپ کو کتنی مرتبہ معدے میں درد محسوس ہوئی ہے؟					
SO2	How often have you had a headache? آپ کو کتنی مرتبہ سر درد کا سامنا کرنا پڑا ہے؟					

SO3	How often have you had palpitations? آپ کو کتنی مرتبہ دل کی دھڑکن تیز ہونے کی تکلیف ہوئی ہے؟					
SO4	How often have you had tension in various muscles? آپ کتنی مرتبہ اعصابی تناؤ سے گزرے ہیں؟					
<p>Quality of Leadership (QL): قائدانہ صلاحیت</p> <p>To what extent would you say that your immediate superior?</p> <p>آپ کہاں تک یہ کہہ سکتے ہیں کہ آپ کا موجودہ نگران</p>						
QL1	Makes sure that the members of staff have good development opportunities. اپنے ساتھ کام کرنے والے (سٹاف ممبران) کے لیے ترقی کے مواقعوں کا حصول یقینی بناتا ہے۔					
QL2	Gives high priority to job satisfaction. اطمینان ملازمت کو اعلیٰ ترجیح دیتا ہے۔					
QL3	Is good at work planning? اس کی منصوبہ بندی درست ہے؟					
QL4	Is good at solving conflicts? تنازعات کے حل کرنے میں بہتر ہے؟					