



## 工作時數與工作壓力意見調查

---

### 調查問卷

2012 年 7 月 24 日

## 第一部分 自我介紹

你好，先生／小姐／太太，我姓 X，我係香港大學民意研究計劃既訪問員黎既，我地而家進行緊一項意見調查，想訪問下在職人士對工作壓力既意見。我地只會阻你幾分鐘時間。請放心，你既電話係我地以電腦隨機抽出，而你提供既所有資料係會絕對保密既。如果你對今次既訪問有任何疑問，你可以打去熱線電話 XXXX-XXXX 同我地既督導員郭先生聯絡，又或者係辦公時間致電 XXXX-XXXX 向香港大學操守委員會【即香港大學非臨床研究操守委員會】查詢今次既調查。

Q1 請問你既電話號碼係唔係 XXXX-XXXX?

係

唔係 → 訪問告終，多謝合作，拜拜

## 第二部分 確認被訪資格

[S1] 請問你屋企而家有冇 **18 至 60 歲既在職人士**係度？全職或兼職都計。因為我地要隨機抽樣，如果多過一位，請你叫即將生日果位黎聽電話。（訪問員可舉例說明：『即係有冇 8/9 月或未來三個月內生日既人係度？』）【如果戶中有所屬組別之對象，訪問告終；多謝合作，收線。】

有一位 → 開始訪問

有多過一位，\_\_\_\_位

冇 → 訪問告終，多謝合作，拜拜！

拒答 → 訪問告終，多謝合作，拜拜！

[S2] 因為多過一位，我地希望所有合資格既家庭成員都有同等機會接訪問，所以想請即將生日果位黎聽電話。（訪問員可舉例說明：『即係有冇 8/9 月或未來三個月內生日既人係度？』）【開始訪問前，訪問員必須讀出：為左保障數據既真確性，訪問可能會被錄音，但只會用作內部參考。】 請問可唔可以呢？

可以 - 接聽電話的人士是被訪者

可以 - 其他家人是被訪者【訪問員請重覆自我介紹】

被選中的家庭成員不在家/沒空【訪問員請另約時間再致電】

唔可以 - 家人拒絕回答 → 訪問告終，多謝合作，拜拜！

唔可以 - 訪者拒絕回答 → 訪問告終，多謝合作，拜拜！

### 第三部分 意見部分

[Q1a] 根據你現時既合約，你每星期需要工作幾多個小時？

\_\_\_\_\_小時（填上實數）

其他情況，請註明：\_\_\_\_\_

唔知／難講

拒答

[Q1b] 咁以過去一個月計，你平均每星期實際工作幾多個小時？如有，請包括帶工作返屋企做既時間。

\_\_\_\_\_小時（填上實數）

其他情況，請註明：\_\_\_\_\_

唔知／難講

拒答

[Q1c] [只問 Q1b 時數比 Q1a 多者] 咁呢 D 加班鐘數，你公司會唔會補償返俾你？如果有，會係咩形式？

有，補錢

有，補假

冇

唔知／難講

拒答

[Q2] 你認為自己而家既實際工作時數長短合適嗎？

嚴重過長

過長

合適

過短

嚴重過短

唔知／難講

拒答

[Q3] 你認為自己而家既工作壓力屬於大定小？

- 非常大
- 幾大
- 普通／一般
- 幾小
- 非常小
- 唔知／難講
- 拒答

[Q4] 你認為你而家既工作時間（包括幾時返工同埋放工）彈性有幾大？

- 非常大
- 幾大
- 一半半
- 冇乜彈性
- 完全冇彈性
- 唔知／難講
- 拒答

[Q5] 整體黎講，你對自己份工有幾滿意或唔滿意？

- 非常滿意
- 幾滿意
- 一半半
- 幾唔滿意／唔係幾滿意
- 非常唔滿意
- 唔知／難講
- 拒答

[Q6] 請問過去一個月，你平均每晚訓幾多個鐘？

- \_\_\_\_\_小時（填上實數）
- 唔知／難講
- 拒答

[Q7] 同樣以過去一個月計，你有冇請過病假？

- 冇
  - 有，\_\_\_\_\_日（填上實數）
  - 有，唔記得幾多日
  - 有，拒答幾多日
  - 唔知／難講
  - 拒答
-

[Q8] 你喺工餘時間有冇進修？如果有，平均一星期你要用幾多時間喺進修方面？

有，\_\_\_\_\_小時（填上實數）

冇

唔知／難講

拒答

[Q9] 你屋企有冇老人家／子女／患病傷殘既家人需要你花時間照顧？如果有，平均一星期你要用幾多時間喺佢地身上？

有，\_\_\_\_\_小時（填上實數）

冇

唔知／難講

拒答

[CATI auto check, respondents answered 過短, 嚴重過短, 唔知／難講, or 拒答 in Q2 will skip to Q11]

[Q10a] [只問 Q2 答工時嚴重過長／過長者] 工時過長有冇令你少左時間做你喜歡既消閒活動（例如做運動，睇電視，聽音樂等）？

冇

有，減少一 d

有，減少左好多

唔知／難講

拒答

[Q10b] [只問 Q2 答工時嚴重過長／過長者] 工時過長有冇令你既家庭生活受影響？

冇

有少少影響

有好大影響

唔知／難講

拒答

[Q10c] [只問 Q2 答工時嚴重過長／過長者] 咁工時過長有冇令你既社交生活受影響？

冇

有少少影響

有好大影響

唔知／難講

拒答

[Q11] 你而家最希望公司有乜野安排，可以幫助提昇到員工既工作及生活平衡呢？[不讀答案，可選多項]

五天工作週

間中在家或其他地方工作

侍產假

享有比法例規定更長既女士產假（現法例規定產假為 10 星期）

短暫休假／冇薪假期／半冇薪假期／停薪留職

享有比合約訂明更多既有薪假期（例如：生日／結婚／喪事假期）

壓縮工作週（即員工用較少既工作日數完成同樣既工作）

半職工作

制定標準工時，建議每周時數：\_\_\_\_\_

可選擇彈性上班、下班時間、工作日

增加法定勞工假期（現為 12 天），與公眾假期劃一為 17 天

增加公眾假期（現為 17 天），建議每年增加：\_\_\_\_\_天

其他，請註明：\_\_\_\_\_

唔知／難講

拒答

[Q12] 你會唔會考慮採取以下行動以達到較佳既工作及生活平衡？（可選多項）

減人工以換取一個較少工作量或工時既職位

轉工／考慮轉去可選用彈性上班時間的公司

離開香港

辭職／考慮暫停工作一陣

放棄升職的機會

採用彈性上班時間（如公司許可）

其他，請註明：\_\_\_\_\_

以上皆否

唔知／難講

拒答

[跟住，我地會問你一 D 有關生活習慣同身體狀況既問題，請你根據你過去一個月既情況作答。]

[Q13] 首先，請問你喺過去既一個月，有冇出現睡眠困難既情況，例如難以入睡、扎醒後再難入睡或早醒等？

冇

有時

經常

唔知／難講

拒答

[Q14] 咁你有冇試過訓醒仍覺得好叻？

- 冇
- 有，間中
- 有，經常
- 唔知／難講
- 拒答

[Q15] 會唔會容易覺得疲倦？

- 唔會
- 會，間中
- 會，經常
- 唔知／難講
- 拒答

[Q16a] 你有冇食開煙呢？如果有，你喺過去既一個月，每日食煙既數量係幾多呢？

- 冇食煙 (跳至 Q17a)
- 有，每日\_\_\_枝 [入實數]
- 有，唔知／唔記得每日幾多枝
- 唔知／難講 (跳至 Q17a)
- 拒答 (跳至 Q17a)

[Q16b] [只問 Q16a 答“有”者] 咁你喺過去既一個月食煙既數量，比之前有冇增加呢？

- 冇增加
- 有，增加左一 d
- 有，增加左好多
- 唔知／難講
- 拒答

[Q17a] 你有冇飲開酒呢？如果有，你喺過去既一個月，每日飲酒既份量係幾多呢？

- 冇飲開(跳至 Q18)
- 有，每日\_\_\_杯 [入實數]
- 有，唔知／唔記得每日幾多杯
- 唔知／難講 (跳至 Q18)
- 拒答 (跳至 Q18)

[Q17b] [只問 Q17a 答“有”者] 咁你喺過去既一個月飲酒既份量，比之前有冇增加呢？

- 冇增加
- 有，增加左一 d
- 有，增加左好多
- 唔知／難講
- 拒答

[Q18] 你喺過去既一個月，體重有冇忽然增加？

- 冇
- 有增加少少
- 有增加好多
- 唔知／難講
- 拒答

[Q19] 同樣喺過去既一個月，有冇出現身體多處酸痛或肌肉繃緊(例如：背痛、肩膀痛、上、下肢痛等)既情況？

- 冇
- 有，間中
- 有，經常
- 唔知／難講
- 拒答

[Q20] 咁有冇出現胃痛(或腸胃不適)既情況？

- 冇
- 有，間中
- 有，經常
- 唔知／難講
- 拒答

[Q21] 高血壓既情況呢？

- 冇
- 有，間中
- 有，經常
- 唔知／難講
- 拒答



[Q22] 請問你有冇被診斷為有心血管病？

- 有  
冇  
唔知／難講  
拒答

[Q23] 最後，我會讀出一 D 句子，請你話俾我聽呢 D 句子用黎形容你過去一星期既情況係適唔適合，0 分代表完全唔適合，1 分代表頗適合／間中適合，2 分代表很適合／經常適合，而 3 分代表最適合／常常適合。[訪員讀出每項，次序由電腦隨機排列]

	0	1	2	3	唔知／ 難講	拒答
(i) 我覺得好難令自己安靜落黎						
(ii) 我覺得口乾						
(iii) 我好似無法再有任何愉快、舒暢既感覺						
(iv) 我覺得呼吸困難(例如唔係做運動時也覺得氣促或透唔到氣)						
(v) 我覺得好難自動去開始工作						
(vi) 我對事情往往作出過敏反應						
(vii) 我覺得顫抖(例如手震)						
(viii) 我覺得自己消耗好多精神						
(ix) 我憂慮一 d 令自己恐慌或出醜既場合						
(x) 我覺得自己對將來冇乜野可盼望						
(xi) 我覺得忐忑不安						
(xii) 我覺得好難放鬆自己						
(xiii) 我覺得憂鬱沮喪						
(xiv) 我無法容忍任何阻礙我繼續工作既事情						
(xv) 我覺得好快要恐慌了						
(xvi) 我對任何事都缺乏熱衷						
(xvii) 我覺得自己唔係幾配做人						
(xviii) 我發覺自己好容易被觸怒						
(xix) 我察覺自己係冇明顯既體力勞動時，都覺得心律唔正常						
(xx) 我無緣無故地覺得好驚						
(xxi) 我覺得生命毫無意義						

## 第四部分 個人資料

我想問你些少個人資料，方便分析。

[DM1] 性別

男  
女

[DM2a] 年齡

\_\_\_\_\_ (準確數字)

唔肯講

[DM2b] 【只問不肯透露準確年齡被訪者】年齡 (範圍)[訪問員可讀出範圍]

18-20 歲  
21-30 歲  
31-40 歲  
41-50 歲  
51-60 歲  
拒答

[DM3] 教育程度

小學或以下  
中學  
預科  
專上非學位  
專上學位  
碩士學位  
博士學位  
拒答

[DM4] 婚姻狀況

單身  
已婚  
離婚  
喪偶  
拒答

[DM5] 職業

老闆/經理/行政人員

專業人員

輔助專業人員

文員

服務工作人員

商店銷售人員

漁農業熟練工人

手工藝及有關人員

機台及機器操作員及裝配員

司機

非技術工人

家庭傭工

不能辨別

其他職位，請註明：\_\_\_\_\_

拒答

[DM6] 請問你既個人每個月既平均收入大約係....?(包括花紅)

HK\$5,000以下

HK\$5,000-9,999

HK\$10,000-14,999

HK\$15,000-19,999

HK\$20,000-29,999

HK\$30,000-39,999

HK\$40,000-49,999

HK\$50,000或以上

不穩定

拒答

問卷已經完成，多謝你接受訪問。如果你對呢個訪問有任何疑問，可以打熱線電話  
xxxx-xxxx 同我地既督導員聯絡，或者係辦公時間打 xxxx-xxxx 向香港大學操守委員會查詢  
今次訪問既真確性同埋核對我既身分。拜拜！

\*\*\*\*\*問卷完\*\*\*\*\*