**De ti faktorene**

**Faktor 1 - Oppgavemotivasjon**

* Motiveres du av arbeidsoppgavene dine?
* Motivasjonen for oppgavene i seg selv, det vil si om oppgavene oppleves motiverende

**Faktor 2 - Mestringstro**

* Tiltro til egen jobbkompetanse
* Mestrer du dine arbeidsoppgaver utfra den kompetansen du har?

**Faktor 3 - Selvstendighet**

* Opplevd tillit, ansvar og mulighet til å jobbe selvstendig

**Faktor 4 - Bruk av kompetanse**

* Får du benyttet kompetanse din i jobben?

**Faktor 5 – Mestringsorientert ledelse**

* Legger leder til rette for at du kan mestre dine arbeidsoppgaver?
* Leder med vekt på å gjøre medarbeiderne best mulig ut fra sine forutsetninger og spille hverandre gode

**Faktor 6- Rolleklarhet**

* Er rollen og arbeidsoppgavene dine tydelig avklart?

**Faktor 7 - Relevant kompetanseutvikling**

* Opplever du å få faglig utvikling og kompetanseheving?

**Faktor 8 – Fleksibilitetsvilje**

* Opplever du deg endringsvillig og fleksibel?
* Kan du tilpasse deg nye måter å jobbe på?

**Faktor 9 – Mestringsklima**

* Opplever du at det er en kultur for å samarbeide og gjøre hverandre gode?

**Faktor 10 – Nytteorientert motivasjon**

* Bidrar du til å gjøre noe nyttig og verdifullt for dine kolleger?
* Jeg deler gode erfaringer med andre