

Consigne:

Les affirmations ci-dessous concernent votre travail et la façon dont vous le vivez au quotidien. Pour chacune de ces affirmations, veuillez indiquer votre degré d'accord en utilisant l'échelle allant de « 0 – Pas du tout d'accord » à « 5 – Tout à fait d'accord ».

Pas du tout d'accord					Tout à fait d'accord
0	1	2	3	4	5

Selon votre profession, le terme « bénéficiaires » renvoie à vos élèves, à vos clients, vos patients, ... Si vous n'en avez pas, vous pouvez passer les affirmations 13 à 16.

1. J'évite de me mêler de ce que font mes collègues.	0	1	2	3	4	5
2. J'évite de plus en plus d'interagir avec mes collègues.	0	1	2	3	4	5
3. J'ai de plus en plus de mal à échanger avec mes collègues.	0	1	2	3	4	5
4. En ce moment, j'ai l'impression que mes collègues et moi sommes dans deux mondes différents.	0	1	2	3	4	5
5. Je vois de moins en moins l'intérêt de faire ce travail.	0	1	2	3	4	5
6. J'ai de moins en moins envie de faire des efforts au travail.	0	1	2	3	4	5
7. Je doute de plus en plus du sens que peut avoir ce travail pour moi.	0	1	2	3	4	5
8. Je me demande si je ne devrais pas changer de travail.	0	1	2	3	4	5
9. Faire ce que mon-a/mes supérieur-e/s me dit de faire est particulièrement pénible en ce moment.	0	1	2	3	4	5
10. Je doute de la légitimité de mon-a/mes supérieur-a/s à manager.	0	1	2	3	4	5
11. J'ai de moins en moins de considération pour mon-a/mes supérieur-e/s.	0	1	2	3	4	5
12. J'ai tendance à devenir de plus en plus critique vis-à-vis de mon-a/mes supérieur-e/s.	0	1	2	3	4	5
13. M'intéresser aux demandes des bénéficiaires m'est de plus en plus difficile.	0	1	2	3	4	5
14. J'ai l'impression qu'interagir avec les bénéficiaires est une perte de temps.	0	1	2	3	4	5
15. Je ne prête plus autant d'attention aux attentes des bénéficiaires qu'avant.	0	1	2	3	4	5
16. J'ai l'impression de ne plus être en phase avec les besoins des bénéficiaires.	0	1	2	3	4	5

Consigne:

Les affirmations ci-dessous concernent votre travail et la façon dont vous le vivez au quotidien. Pour chacune de ces affirmations, veuillez indiquer votre degré d'accord en utilisant l'échelle allant de « 0 – Pas du tout d'accord » à « 5 – Tout à fait d'accord ».

Pas du tout d'accord					Tout à fait d'accord
0	1	2	3	4	5

1. J'ai de plus en plus de difficultés à rester concentré-e sur une tâche/mission.	0	1	2	3	4	5
2. Physiquement, je me sens à bout de forces en ce moment.	0	1	2	3	4	5
3. J'ai perdu l'enthousiasme que j'avais dans mon travail.	0	1	2	3	4	5
4. J'ai l'impression que mon attention diminue de jour en jour.	0	1	2	3	4	5
5. Je suis fatigué-e physiquement à l'idée de me lever le matin pour aller travailler.	0	1	2	3	4	5
6. En ce moment à mon travail j'ai l'impression d'agir en « pilote automatique »	0	1	2	3	4	5
7. De plus en plus souvent, ma concentration chute durant les tâches/missions que je réalise.	0	1	2	3	4	5
8. Je me sens fatigué-e physiquement même après une bonne nuit de sommeil.	0	1	2	3	4	5
9. Depuis que je fais ce travail, j'ai l'impression d'avoir perdu ma joie de vivre.	0	1	2	3	4	5

10. Je n'arrive plus à fixer mon attention lorsque je travaille.	0	1	2	3	4	5
11. J'ai l'impression que mon travail me vide de mon énergie.	0	1	2	3	4	5
12. Je n'arrive plus à ressentir du plaisir dans mon travail même lorsque j'ai réussi une tâche difficile.	0	1	2	3	4	5

Consigne:

Les affirmations ci-dessous concernent votre travail et la façon dont vous le vivez au quotidien. Pour chacune de ces affirmations, veuillez indiquer votre degré d'accord en utilisant l'échelle allant de « 0 – Pas du tout d'accord » à « 5 – Tout à fait d'accord ».

Pas du tout d'accord						Tout à fait d'accord
0	1	2	3	4	5	

1. J'ai le sentiment d'être inutile dans ce que je fais quotidiennement dans mon travail.	0	1	2	3	4	5
2. Parfois je me demande à quoi je sers dans cette structure/entreprise.	0	1	2	3	4	5
3. Je me sens de moins en moins compétent dans ce travail.	0	1	2	3	4	5
4. Je ne suis plus tout à fait sûr d'être à la hauteur dans mon travail.	0	1	2	3	4	5