

UNIVERSITE DE LIEGE



FACULTE DE PSYCHOLOGIE ET DES SCIENCES DE L'EDUCATION



UNITE DE VALORISATION DES RESSOURCES HUMAINES

Isabelle HANSEZ, Professeur

Questionnaire SPPN^{©1}

¹ Le questionnaire SPPN © fait partie du WOCCQPackage ©. Son utilisation est soumise à la signature d'une convention de licence qui peut être obtenue auprès de l'équipe des gestionnaires du WOCCQ (infowocq@ulg.ac.be)

RECOMMANDATIONS :

Pour chaque phrase, cochez le numéro qui correspond le mieux à votre état au travail durant les 7 derniers jours. Répondez spontanément à chaque question.

Cochez **1** si la phrase ne s'applique **jamais ou rarement** à votre état au travail.

Cochez **2** si la phrase s'applique **de temps en temps** à votre état au travail.

Cochez **3** si la phrase s'applique **régulièrement** à votre état au travail.

Cochez **4** si la phrase s'applique **presque toujours ou toujours** à votre état au travail.

	Jamais ou rarement	Parfois	Régulièrement	Presque toujours ou toujours
1. Je suis très actif(ive) au travail	1	2	3	4
2. Je me sens dépassé(e) par tout ce qu'il y a à faire au travail	1	2	3	4
3. Dès que je suis au travail mon attention est décuplée	1	2	3	4
4. Je me sens démoralisé(e) par mon travail	1	2	3	4
5. Je travaille dans la précipitation	1	2	3	4
6. J'ai des insomnies à cause de ma vie professionnelle	1	2	3	4
7. Mon travail me permet de me surpasser	1	2	3	4
8. Mon travail me stresse	1	2	3	4
9. Travailler me procure une grande satisfaction	1	2	3	4
10. Mon travail m'épuise moralement	1	2	3	4
11. Je suis plein(e) d'énergie au travail	1	2	3	4
12. Je souffre de nausées lorsque je suis au travail	1	2	3	4
13. Je me sens stimulé(e) par mon travail	1	2	3	4
14. Au travail, je suis fatigué(e)	1	2	3	4
15. Mon travail est passionnant	1	2	3	4
16. Je suis nerveux(euse) au travail	1	2	3	4
17. Je suis facilement irritable au travail	1	2	3	4
18. Quand je travaille, j'oublie la fatigue	1	2	3	4
19. Je suis angoissé(e) par ma vie professionnelle	1	2	3	4