

## 工作及健康状况调查 (UWES)<sup>®</sup>

以下的 17 个句子是有关您在工作中的感受的陈述。请仔细阅读，并确定您是否曾在工作中有过这样的感觉。如果您从未有过这样的感受，请在该题目左端的横线上填入“0”。如果曾有过这样的感受，请您在横线上填入相应最能够描述您的感受的频繁程度的数字（从 1 到 6）。

---

0	几乎没有过	很少	有时	经常	十分频繁	总是
从来没有	1	2	3	4	5	6
	一年几次 或更少	一个月一次 或更少	一个月 几次	一周一次	一周几次	每天

---

1. \_\_\_\_\_ 在工作中，我感到自己迸发出能量。
2. \_\_\_\_\_ 我觉得我所从事的工作目的明确，且很有意义
3. \_\_\_\_\_ 当我工作时，时间总是过得飞快
4. \_\_\_\_\_ 工作时，我感到自己强大并且充满活力
5. \_\_\_\_\_ 我对工作富有热情
6. \_\_\_\_\_ 当我工作时，我忘记了周围的一切事情
7. \_\_\_\_\_ 工作激发了我的灵感
8. \_\_\_\_\_ 早上一起床，我就想要去工作
9. \_\_\_\_\_ 当工作紧张的时候，我会感到快乐
10. \_\_\_\_\_ 我为自己所从事的工作感到自豪
11. \_\_\_\_\_ 我沉浸于我的工作当中。
12. \_\_\_\_\_ 我可以一次连续工作很长时间
13. \_\_\_\_\_ 对我来说，我的工作是具有挑战性的
14. \_\_\_\_\_ 我在工作时能达到忘我的境界
15. \_\_\_\_\_ 工作时，即使感到精神疲劳，我也能够很快地恢复
16. \_\_\_\_\_ 我感觉到自己离不开工作
17. \_\_\_\_\_ 在工作中，即使事情进展不顺利，我也总能够锲而不舍