

## Indagine sul Benessere Lavoro (UWES)<sup>©</sup>

Qui di seguito troverà una serie di 17 affermazioni che riguardano sensazioni relative al lavoro che svolge. La preghiamo di leggere attentamente ciascuna affermazione e di decidere se lei ha mai provato tali sentimenti verso il suo lavoro. Se non ne ha mai provati, scriva 0 nello spazio che segue l'affermazione. Se invece, ha provato tali sentimenti, La preghiamo di indicare quanto spesso li ha provati scrivendo il numero (da 1 a 6) che meglio descrive la loro frequenza.

---

	Quasi mai	Raramente	Qualche Volta	Spesso	Molto Spesso	Sempre
0	1	2	3	4	5	6
Mai	Qualche volta in un anno	Una volta al mese o meno	Qualche volta al mese	Una volta alla settimana	Qualche volta alla settimana	Ogni giorno

---

1. \_\_\_\_\_ Nel mio lavoro mi sento pieno di energia
2. \_\_\_\_\_ Trovo il lavoro che faccio ricco di significati e obiettivi
3. \_\_\_\_\_ Il tempo vola quando lavoro
4. \_\_\_\_\_ Nel mio lavoro, mi sento forte e vigoroso
5. \_\_\_\_\_ Sono entusiasta del mio lavoro
6. \_\_\_\_\_ Quando lavoro mi dimentico di tutto il resto
7. \_\_\_\_\_ Il mio lavoro mi ispira
8. \_\_\_\_\_ La mattina, quando mi alzo, ho voglia di andare a lavoro
9. \_\_\_\_\_ Sono felice quando lavoro intensamente
10. \_\_\_\_\_ Sono orgoglioso/a del lavoro che faccio
11. \_\_\_\_\_ Sono immerso nel mio lavoro
12. \_\_\_\_\_ Sono in grado di lavorare per lunghi periodi senza sosta
13. \_\_\_\_\_ Per me, il mio lavoro è stimolante
14. \_\_\_\_\_ Mi lascio prendere completamente quando lavoro
15. \_\_\_\_\_ Nel mio lavoro, quando sono sotto pressione, ho notevoli capacità di recupero mentali
16. \_\_\_\_\_ E' difficile distaccarmi dal mio lavoro
17. \_\_\_\_\_ Nel mio lavoro sono sempre perseverante anche quando le cose non vanno bene