

### Questionário do bem estar e Trabalho (UWES) ©

As seguintes perguntas referem-se aos sentimentos de algumas pessoas com relação ao seu trabalho. Por favor, leia atentamente cada um dos itens a seguir e responda se já experimentou o que é relatado, em relação a seu trabalho. Caso nunca tenha tido tal sentimento, responda "0" (zero) na coluna ao lado. Em caso afirmativo, indique a frequência (de 1 a 6) que descreveria melhor seus sentimentos, conforme a descrição abaixo:

---

Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Regularmente	Bastantes vezes	Quase sempre	Sempre
0	1	2	3	4	5	6
Nenhuma vez	Algumas vezes por ano	Uma vez ou menos por mês	Algumas vezes por mês	Uma vez por semana	Algumas vezes por semana	Todos os dias

---

1. \_\_\_\_\_ Em meu trabalho sinto-me pleno de energia.
  2. \_\_\_\_\_ Sou forte e vigoroso em meu trabalho.
  3. \_\_\_\_\_ Estou entusiasmado com meu trabalho.
  4. \_\_\_\_\_ Meu trabalho me inspira.
  5. \_\_\_\_\_ Quando me levanto pela manhã, tenho vontade de ir trabalhar.
  6. \_\_\_\_\_ Sou feliz quando estou envolvido em meu trabalho.
  7. \_\_\_\_\_ Estou orgulhoso com o trabalho que faço.
  8. \_\_\_\_\_ Estou imerso em meu trabalho.
  9. \_\_\_\_\_ “Deixo-me levar” pelo meu trabalho.
-