

Työn imu (UWES) ©

Kuinka usein sinulla on seuraavien väittämien kaltaisia tuntemuksia tai ajatuksia? Lue jokainen väittämä huolellisesti ja päättää, miten usein koet työssäsi väittämässä kuvattua tuntemusta tai ajatusta. Jos sinulla ei koskaan ole ollut kysyttyä kokemusta, rastita '0' (nolla). Jos sinulla on ollut väittämän mukaisia kokemuksia, rastita se vaihtoehto (yhdestä kuuteen), joka parhaiten kuvaa, kuinka usein olet kokenut kuvatulla tavalla.

	hyvin harvoin	harvoin	joskus	melko usein	hyvin usein	aina
0	1	2	3	4	5	6
en/ei koskaan	muutaman kerran vuodessa	kerran kuussa	muutaman kerran kuussa	kerran viikossa	muutaman kerran viikossa	päivittäin

1. _____ Tunnen olevani täynnä energiaa, kun teen työtäni
 2. _____ Tunnen itseni vahvaksi ja tarmokkaaksi työssäni
 3. _____ Olen innostunut työstäni
 4. _____ Työni inspiroi minua
 5. _____ Aamulla herättyäni minusta tuntuu hyvältä lähteä töihin
 6. _____ Tunnen tyydytystä, kun olen syventynyt työhöni
 7. _____ Olen ylpeä työstäni
 8. _____ Olen täysin uppoutunut työhöni
 9. _____ Kun työskentelen, työ vie minut mukanaan
-