

İŞ DENEYİM LİSTESİ ©

Aşağıda yer alan 9 ifade işinizde nasıl hissettiğinizle ilgilidir. Lütfen her bir ifadeyi dikkatlice okuyun ve işinizle ilgili şimdiye kadar hiç böyle hissedip hissetmediğinize karar verin. Eğer hiç böyle hissetmediyseniz önündeki boşluğa "0" yazın. Eğer böyle hissettiyseniz, ne sıklıkta böyle hissettiğinizi en iyi tanımlayan (1 ile 6 arasında) sayıyı belirleyiniz.

| Hiç | Nerdeyse hiç | Nadiren | Bazen | Sıklıkla | Çok sık | Her zaman |
|--------------|----------------------------|------------------------|-------------|-------------|----------------|-----------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Hiçbir zaman | Yılda birkaç ya da daha az | Ayda bir ya da daha az | Ayda birkaç | Haftada bir | Haftada birkaç | Her gün |

- _____ Çalışırken kendimi enerji dolu hissederim.
- _____ İşteyken güçlü ve dinç hissediyorum.
- _____ İşimle ilgili konularda şevk duyarım, çok hevesliyimdir.
- _____ İşim bana ilham verir.
- _____ Sabahları kalktığımda işe seyerek giderim.
- _____ Yoğun olarak çalıştığımda kendimi mutlu hissederim.
- _____ Yaptığım işle gurur duyuyorum.
- _____ Kendimi işime kaptırırım.
- _____ Çalışırken kendimden geçerim.

© Schaufeli & Bakker (2003) UBES, ticari olmayan bilimsel amaçlar için serbestçe kullanılabilir. Önceden yazarın yazılı izni olmaksızın bilimsel olmayan ve/veya ticari amaçlar için kullanılması yasaktır.