

FACTEURS ORGANISATIONNELS ET PSYCHOSOCIAUX ET DEVELOPPEMENT DE TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES DES MEMBRES SUPERIEURS

Analystes: Date:

1. Entreprise:
2. Poste de travail:
3. N° transversal:

INDICATIONS PRELIMINAIRES

Ce questionnaire est conçu pour être rempli par un analyste lors d'une *interview* avec le travailleur. Il ne s'agit donc *pas* d'un auto questionnaire.

Toutes les informations doivent être recueillies avec le consentement totalement libre de la personne interrogée. Si elle refuse de répondre, ne rien noter, la réponse sera considérée comme manquante. Les informations sont collectées de façon *strictement confidentielle* lors d'un examen couvert par le *secret médical*. Elles seront traitées de manière *anonyme* et aucune information individuelle ne sera jamais transmise à quiconque.

Pour remplir correctement ce questionnaire, *ENTOURER D'UN CERCLE LA REPONSE CHOISIE* (dans tous les cas possibles); surtout NE PAS mettre de croix, souligner ... à l'origine de confusions !

On souhaite recueillir la réponse spontanée du travailleur. Il ne faut donc pas l'inviter à réfléchir, ni diriger la réponse. Il n'y a ni *bonnes*, ni *mauvaises* réponses.

Uniquement pour les femmes:

18. Présentez-vous des problèmes ou modifications hormonales? NON⁰ OUI¹
19. Si OUI à la question 18, quelle en est la cause:
1. Prise de contraceptifs
 2. Opération chirurgicale (hystérectomie)
 3. Ménopause
 4. Grossesse
 5. Médicaments hormonaux (pré ou post ménopause)
20. Avez-vous déjà, au cours de votre vie, été accidenté hors du travail ou au travail en ce qui concerne les membres supérieurs? NON⁰ OUI¹
- Si OUI, de quelle nature:

ANTECEDENTS MUSCULOSQUELETTIQUES

Avez-vous eu des problèmes (douleur, inconfort) au niveau de la NUQUE ?

21. durant les 12 derniers mois NON⁰ OUI¹
22. durant les 7 derniers jours NON⁰ OUI¹
- Si OUI dans les 12 derniers mois:
23. intensité de la gêne: un peu¹ assez² très douloureux³
24. durée de la gêne: disparaît¹ disparaît² persiste +³
- après ± 2h le lendemain longtemps
25. fréquence des épisodes: <1 fois par semaine¹ >1 fois par semaine²
26. Avez-vous consulté un médecin pour une douleur dans la nuque? NON⁰ OUI¹
- Nature: tension neck syndrome¹ ostеоarthrose² traumatisme³
- autre⁴ douleur non spécifique⁵

Avez-vous eu des problèmes (douleur, inconfort) au niveau des EPAULES ?

27. durant les 12 derniers mois épaule droite NON⁰ OUI¹
28. épaule gauche NON⁰ OUI¹
29. durant les 7 derniers jours épaule droite NON⁰ OUI¹
30. épaule gauche NON⁰ OUI¹
31. Avez-vous consulté un médecin pour une douleur dans les épaules? NON⁰ OUI¹
- Nature:
32. droite: affection susépineuse¹ tendinite biceps²
- PSH épaule gelée³ synd. articul. acromio claviculaire⁴
- traumatisme - fracture⁵ autre⁶
- douleur non spécifique⁷
33. gauche: affection susépineuse¹ tendinite biceps²
- PSH épaule gelée³ synd. articul. acromio claviculaire⁴
- traumatisme - fracture⁵ autre⁶
- douleur non spécifique⁷

Avez-vous eu des problèmes (douleur, inconfort) au niveau des COUDES ?

34. durant les 12 derniers mois coude droit NON⁰ OUI¹
35. coude gauche NON⁰ OUI¹
36. durant les 7 derniers jours coude droit NON⁰ OUI¹
37. coude gauche NON⁰ OUI¹
38. Avez-vous consulté un médecin pour une douleur dans les coudes? NON⁰ OUI¹
- Nature:
39. droit épicondylite latérale¹ épicondylite médiale²
- traumatisme - fracture³ autre⁴
- douleur non spécifique⁵
40. gauche: épicondylite latérale¹ épicondylite médiale²
- traumatisme - fracture³ autre⁴
- douleur non spécifique⁵

Avez-vous eu des problèmes (douleur, inconfort) au niveau des POIGNETS/MAINS ?

41. durant les 12 derniers mois poignet droit NON⁰ OUI¹
42. poignet gauche NON⁰ OUI¹
43. durant les 7 derniers jours poignet droit NON⁰ OUI¹
44. poignet gauche NON⁰ OUI¹

Si OUI dans les 12 derniers mois:

Intensité de la gêne:

- | | | | |
|------------|---------------------|--------------------|------------------------------|
| 45. droit | un peu ¹ | assez ² | très douloureux ³ |
| 46. gauche | un peu ¹ | assez ² | très douloureux ³ |

Durée de la gêne:

- | | | | |
|------------|--------------------------------------|--|--------------------------------------|
| 47. droit | disparaît ¹
après + 2h | disparaît ²
le lendemain | persiste + ³
longtemps |
| 48. gauche | disparaît ¹
après + 2h | disparaît ²
le lendemain | persiste + ³
longtemps |

Fréquence des épisodes:

- | | | |
|---|----------------------------------|----------------------------------|
| 49. droit | <1 fois par semaine ¹ | >1 fois par semaine ² |
| 50. gauche | <1 fois par semaine ¹ | >1 fois par semaine ² |
| 51. Avez-vous consulté un médecin pour une douleur dans les poignets? | NON ⁰ | OUI ¹ |

nature:

- | | | |
|-------------|---|---|
| 52. droit: | tendinite ¹
syndrome canal carpien ³
fracture ⁵
douleur non spécifique ⁷ | kyste synovial ²
de Quervain ⁴
autre ⁶ |
| 53. gauche: | tendinite ¹
syndrome canal carpien ³
fracture ⁵
douleur non spécifique ⁷ | kyste synovial ²
de Quervain ⁴
autre ⁶ |

4.

Avez-vous souffert de picotements aux doigts les 12 derniers mois?

- | | | | | | |
|------------------|------------------|-------|----------------------|----------------------|---------------------------|
| 55. côté droit: | NON ⁰ | OUI : | la nuit ¹ | le jour ² | jour et nuit ³ |
| 56. côté gauche: | NON ⁰ | OUI : | la nuit ¹ | le jour ² | jour et nuit ³ |

Quelle est la fréquence de ces picotements ?

- | | | |
|---|----------------------------------|----------------------------------|
| 57. côté droit: | <1 fois par semaine ¹ | >1 fois par semaine ² |
| 58. côté gauche: | <1 fois par semaine ¹ | >1 fois par semaine ² |
| 59. Avez-vous consulté un médecin pour ces symptômes? | NON ⁰ | OUI ¹ |

Si OUI: diagnostic évoqué:

Avez-vous déjà eu recours à un traitement (infiltrations, opérations, ...) pour ces symptômes ?

- | | | |
|--|------------------|------------------|
| 60. côté droit | NON ⁰ | OUI ¹ |
| 61. côté gauche | NON ⁰ | OUI ¹ |
| 62. Avez-vous changé de poste de travail à cause de ces symptômes? | NON ⁰ | OUI ¹ |

Avez-vous eu des problèmes (douleur, inconfort) au niveau du *BAS DU DOS*?

- | | | |
|---------------------------------|------------------|------------------|
| 63. durant les 12 derniers mois | NON ⁰ | OUI ¹ |
| 64. durant les 7 derniers jours | NON ⁰ | OUI ¹ |

HABITUDES PERSONNELLES

- | | | | |
|---|--------------------------|--|-------------------------------------|
| 65. Etes-vous fumeur? | NON ⁰ | ANCIEN ¹
(arrêt depuis
+ de 6 mois) | OUI ² |
| 66. Avez-vous actuellement des activités sportives (min 1x/sem): | | | NON ⁰ OUI ¹ |
| 67. Si OUI, pratiquez-vous un sport sollicitant surtout les bras (sport de raquette, ...): | NON ⁰ | <1 x/sem ¹ | ≥ d'1 x/sem ² |
| 68. Avez-vous des hobbies, activités extra professionnelles impliquant des efforts physiques ou autre: bricolage, construction, jardinage, tricot, crochet, activités ménagères importantes: | pas du tout ⁰ | un peu ¹
(< 5h/sem) | beaucoup ²
(> 5h/sem) |

POSTE DE TRAVAIL ACTUEL

69. Depuis combien d'années travaillez-vous dans l'entreprise? ans
70. Depuis combien d'années effectuez-vous votre travail actuel?..... ans
71. Sous quel type de contrat êtes-vous engagé en ce moment?
- contrat à durée indéterminée¹
 - contrat à durée déterminée²
 - intérimaire³
 - stagiaire ONEM⁴

- payé par un sous-traitant⁵
- autre⁶

- | | | |
|---|----------------------|----------------------|
| 72. Sous quel statut êtes-vous engagé? | employé ¹ | ouvrier ² |
|---|----------------------|----------------------|
- Votre travail exige-t-il de façon habituelle?
- | | | |
|---|-----------------------------|-------------------------------|
| 73. des efforts de levage | nuls ou légers ¹ | moyens ou lourds ² |
| 74. des efforts des poignets/mains | nuls ou légers ¹ | moyens ou lourds ² |
| 75. des efforts statiques des bras | nuls ou légers ¹ | moyens ou lourds ² |
- Votre travail exige-t-il?
- | | | |
|---|-------------------------------|---------------------------------|
| 76. la répétition de mouvements identiques | jamais à parfois ¹ | souvent à toujours ² |
| 77. l'utilisation d'outils vibrants | jamais à parfois ¹ | souvent à toujours ² |
| 78. des postures inconfortables des bras | jamais à parfois ¹ | souvent à toujours ² |
- 79.** Votre travail entraîne-t-il à la fin de la journée une fatigue importante au niveau des poignets/mains?
- | | | |
|------------------|----------------------|----------------------|
| non ⁰ | <1x/sem ¹ | >1x/sem ² |
|------------------|----------------------|----------------------|
- 80.** Quelles sont les trois actions qui entraînent le plus de douleur ou de gêne dans les mains, les poignets ou les avant-bras à votre poste de travail?
1.
 2.
 3.
- 81.** Quelles sont les trois actions qui entraînent le plus de douleur ou de gêne dans les épaules ou la nuque à votre poste de travail?
1.
 2.
 3.
- 82.** Qu'est-ce qui vous gêne le plus à votre poste de travail, qu'est-ce qui pose le plus de problèmes?
-
-
-
- 83.** Avez-vous des suggestions pour résoudre ces problèmes ou améliorer votre situation de travail?
-
-
-
-

POSTES DE TRAVAIL ANTERIEURS

- 84.** Quels étaient vos postes de travail antérieurs?
1. durée: ans
 2. durée: ans
 3. durée: ans
 4. durée: ans
- Les travaux exigeaient-ils de façon habituelle?
- | | | |
|---|-----------------------------|-------------------------------|
| 85. des efforts de levage | nuls ou légers ¹ | moyens ou lourds ² |
| 86. des efforts des poignets/mains | nuls ou légers ¹ | moyens ou lourds ² |
| 87. des efforts statiques des bras | nuls ou légers ¹ | moyens ou lourds ² |
- Les travaux exigeaient-ils?
- | | | |
|---|-------------------------------|---------------------------------|
| 88. la répétition de mouvements identiques | jamais à parfois ¹ | souvent à toujours ² |
| 89. l'utilisation d'outils vibrants | jamais à parfois ¹ | souvent à toujours ² |
| 90. des postures inconfortables des bras | jamais à parfois ¹ | souvent à toujours ² |
- 91.** Votre travail entraînait-il une fatigue importante en fin de journée au niveau des poignets/mains?
- | | | |
|------------------|----------------------|----------------------|
| non ⁰ | <1x/sem ¹ | >1x/sem ² |
|------------------|----------------------|----------------------|

PROTOCOLE D'EXAMEN CLINIQUE POUR LA NUQUE ET LES POIGNETS

COLONNE CERVICALE					
<i>1. Plaintes:</i>					
1.1. Sensation de fatigue et/ou de raideur dans la nuque	OUI	NON		1	
1.2. Douleurs dans la nuque ou maux de tête (origine=nuque)		OUI	NON		2
1.3. Douleurs projetées aux membres supérieurs	OUI	NON		3	
1.4. Paresthésies, engourdissement des membres supérieurs		OUI	NON		4
<i>2. Palpation:</i>					
2.1. Au moins 2 points douloureux ou indurés des muscles de la nuque			OUI	NON	5
2.2. Muscles de la nuque contracturés ou tendus	OUI	NON		6	
<i>3. Mobilité:</i>					
3.1. Mobilité - limitation		OUI	NON		7
3.2. Douleurs provoquées par les mouvements du test mobilité	OUI	NON		8	
<i>Interprétation</i>					
92. 1-2-5-6: tension neck syndrome		OUI ¹	NON ⁰		
93. 3-4-7-8: ostéoarthrose cervicale		OUI ¹	NON ⁰		

POIGNETS	Droit	Gauche
<i>1. Plaintes:</i>		
1.1. Douleurs localisées e.a. à la styloïde radiale et/ou projetées à l'avant-bras ou au pouce pour le de Quervain	1	
1.2. Douleurs provoquées par le mouvement (simple ou contrarié)	2	
1.3. Douleurs niveau mains et/ou projetées → coudes-épaules	3	
1.4. Paresthésies, gonflements, douleurs aux		
- 3 premiers doigts	4	
- 2 derniers doigts (annulaire, auriculaire)	5	
1.5. Douleurs ou paresthésies entraînant le réveil la nuit	6	
1.6. Faiblesse du poignet ou manque de sensibilité, malhabileté entraînant la chute d'objets	7	
<i>2. Palpation:</i>		
2.1. Tuméfaction locale	8	
2.2. Peau rouge et localement chaude (styloïde)	9	
2.3. Douleurs à la palpation (crépitements du tendon)	10	
2.4. Kyste	11	
2.5. Nodosités au niveau des tendons	12	
<i>3. Mobilité:</i>		
3.1. Passive douloureuse, active perturbée	13	
<i>4. Tests:</i>		
4.1. Phalen's: hyperflexion palmaire des poignets maintenue pendant minimum une minute → paresthésies	14	
4.2. Tinel's: percussion légère à l'origine de paresthésies ou douleurs		
- sur le nerf médian au niveau du canal carpien	15	
- sur le nerf cubital au niveau du canal de Guyon	16	
4.3. Finkelstein: déviation cubitale passive du poignet, pouce du sujet plié dans les doigts, → douleur styloïdienne	17	
4.4. Compression du canal est douloureuse et/ou paresthésies		
- canal carpien	18	
- canal de Guyon	19	
<i>Interprétation</i>		
<i>Ténosynovite/doigt en ressaut/kyste: 1-2-8-10/13-12/11</i>	94.	95.
<i>Syndrome du canal carpien: 4-6-14-18 (3-7-15)</i>	96.	97.
<i>Ténosynovite de de Quervain: 1-2-8-10-17 (7-9)</i>	98.	99.
<i>Compression du nerf cubital: 5-16-19</i>	100.	101.

MESURE DES ANGLES MAXIMAUX

POIGNET DROIT	(°)	POIGNET GAUCHE	(°)
102. déviation cubitale		103. déviation cubitale	
104. déviation radiale		105. déviation radiale	
106. extension		107. extension	
108. flexion		109. flexion	

TEST DE BORTNER (type A)

Ci-dessous se trouvent un ensemble de descriptions des comportements de différentes personnes. Quel comportement ressemble le plus au vôtre, dans la vie de tous les jours (pas seulement au travail) ?

	☺☺ très fort	☺ plut ôt	☺ moy .	☺ plut ôt	☺☺ très fort	
110. Je ne suis jamais en retard	1	2	3	4	5	Je ne prête pas attention à être à l'heure
111. J'ai un esprit de compétition peu développé	1	2	3	4	5	J'ai un esprit de compétition très développé
112. J'anticipe sur ce que les autres vont dire (je coupe la parole, achève leur phrase)	1	2	3	4	5	J'écoute les autres jusqu'au bout
113. Je suis toujours pressé	1	2	3	4	5	Je ne me sens jamais pressé, même sous contrainte
114. Je sais attendre patiemment	1	2	3	4	5	Je suis impatient lorsque je dois attendre
115. Je mets toute mon énergie pour atteindre ce que je veux (investissement)	1	2	3	4	5	Je fais les choses à la légère
116. Je fais une chose à la fois	1	2	3	4	5	J'essaie de faire plusieurs choses à la fois, je pense toujours à ce qu'il va falloir faire ensuite
117. Je suis énergique et vigoureux en parlant (je peux frapper du poing sur la table pour appuyer mes paroles)	1	2	3	4	5	Je suis lent, calme dans ma façon de m'exprimer
118. Je veux qu'un bon travail soit reconnu par les autres	1	2	3	4	5	Je me préoccupe seulement d'être satisfait moi-même et ne fais pas attention à ce que les autres pensent
119. Je suis rapide (en mangeant, en marchant, etc)	1	2	3	4	5	Je fais les choses tranquillement
120. Je prends les choses tranquillement, je ne me fais pas de bile, ne me tracasse pas	1	2	3	4	5	Je me fais la vie dure, je me mène durement
121. Je cache mes sentiments	1	2	3	4	5	Je montre mes sentiments
122. J'ai de nombreux centres d'intérêt	1	2	3	4	5	J'ai peu d'intérêts en dehors du travail
123. Je suis satisfait de ma situation professionnelle	1	2	3	4	5	Je suis ambitieux

LA PERSONNE (NEOFFI)

Ci-dessous se trouve un ensemble de phrases qui peuvent vous décrire très bien ou au contraire, très mal. Estimez-vous que ces phrases vous décrivent bien ?

	☹☹ pas du tout d'accord	☹ pas d'accord	☺ neutre	☺ d'accord	☺☺ tout à fait d'accord
124. Je ne suis pas du genre à me faire du souci	1	2	3	4	5
125. J'aime avoir beaucoup de gens autour de moi	1	2	3	4	5
126. J'essaie d'être poli avec chaque personne que je rencontre	1	2	3	4	5
127. Je maintiens mes affaires nettes et propres	1	2	3	4	5
128. Je me sens souvent inférieur aux autres	1	2	3	4	5
129. Je ris facilement	1	2	3	4	5
130. Je m'engage souvent dans des disputes avec ma famille ou mes collègues de travail	1	2	3	4	5
131. J'arrive assez bien à m'organiser pour faire les choses à temps	1	2	3	4	5
132. Quand je suis sous la pression de situations trop difficiles, j'ai quelquefois l'impression que je vais m'effondrer	1	2	3	4	5
133. Je ne suis pas vraiment quelqu'un d'insouciant et de gai	1	2	3	4	5
134. Certains trouvent que je suis égoïste et que je ne pense qu'à moi	1	2	3	4	5
135. Je ne suis pas quelqu'un de très méthodique	1	2	3	4	5
136. Il est rare que je me sente trop seul et cafardeux	1	2	3	4	5
137. Je prends réellement plaisir à parler avec les gens	1	2	3	4	5
138. Je préférerais coopérer avec les autres plutôt que me mettre en compétition avec eux	1	2	3	4	5
139. J'essaie d'accomplir consciencieusement toutes les tâches qui me sont confiées	1	2	3	4	5
140. Je me sens souvent tendu et nerveux	1	2	3	4	5
141. J'aime bien être là où il y a de l'action	1	2	3	4	5
142. J'ai tendance à me moquer et à critiquer (les intentions) les autres	1	2	3	4	5
143. J'ai un ensemble bien défini d'objectifs et je travaille pour les atteindre de façon ordonnée	1	2	3	4	5
144. Quelquefois, je me sens complètement sans valeur	1	2	3	4	5
145. Je préfère d'habitude faire les choses seul	1	2	3	4	5
146. Je crois que la plupart des gens profite des autres	1	2	3	4	5
147. Je perds beaucoup de temps avant de me mettre au travail	1	2	3	4	5
148. Il est rare que je me sente craintif ou anxieux	1	2	3	4	5
149. J'ai souvent le sentiment de déborder d'énergie	1	2	3	4	5
150. La plupart des gens que je connais m'aiment bien	1	2	3	4	5
151. Je travaille dur pour atteindre mes objectifs	1	2	3	4	5
152. Je me mets souvent en colère à cause de la manière dont les gens me traitent	1	2	3	4	5
153. Je suis une personne joyeuse et pleine de bonne humeur	1	2	3	4	5
154. Certains me trouvent froid et calculateur	1	2	3	4	5
155. Quand je prends un engagement, on peut toujours compter sur moi pour aller jusqu'au bout	1	2	3	4	5
156. Trop souvent, quand les choses vont mal, je me décourage et j'ai envie d'abandonner	1	2	3	4	5
157. Je ne suis pas un optimiste souriant	1	2	3	4	5
158. J'ai la tête dure et je ne suis pas sentimental dans mes attitudes	1	2	3	4	5
159. Il m'arrive parfois de ne pas tenir mes engagements ou de ne pas assumer mes responsabilités comme je le devrais	1	2	3	4	5
160. Je suis rarement triste ou déprimé	1	2	3	4	5
161. Mon rythme de vie est rapide	1	2	3	4	5
162. J'essaie en général d'être attentionné et prévenant	1	2	3	4	5
163. Je suis efficace et productif dans mon travail	1	2	3	4	5
164. Je me sens souvent désespéré et je voudrais que quelqu'un d'autre résolve mes problèmes	1	2	3	4	5
165. Je suis une personne très active	1	2	3	4	5

166. Si je n'aime pas les gens, je le leur fais savoir	1	2	3	4	5
167. Il me semble que je ne serai jamais capable de m'organiser	1	2	3	4	5
168. Certaines fois, j'ai eu tellement honte que j'aurais voulu me cacher	1	2	3	4	5
169. Je préfère suivre mon propre chemin plutôt que de diriger les autres	1	2	3	4	5
170. Si c'est nécessaire, je suis disposé à manipuler les gens pour obtenir ce que je veux	1	2	3	4	5
171. Je m'efforce à être excellent dans tout ce que je fais	1	2	3	4	5

MESURE DES FORCES MAXIMALES

	Essai 1	Essai 2	Essai 3	Moyenne (kg)
172. FMV droite				
173. FMV gauche				

STYLES PROFESSIONNELS Nkombondo et Karnas

Chaque personne peut avoir une vision différente de la place de son travail par rapport à sa vie en général. Qu'en est-il pour vous ?

Voici un ensemble de trois propositions sur les rapports travail/vie hors travail...

Indiquez pour chaque ensemble de 3 propositions,

- ◆ un "+" en face de la proposition avec laquelle vous êtes le plus en accord (encoder 3),
- ◆ un "-" en face la proposition avec laquelle vous êtes le plus en désaccord (encoder 1),
- ◆ un "o" en face de la proposition pour laquelle vous êtes le plus "neutre" (encoder 2).

174. Sans travailler, la vie n'a pas de sens pour moi	
175. J'aime bien travailler mais j'évite d'être esclave du travail	
176. Je considère exclusivement mon travail comme un moyen pour gagner de l'argent	
177. Souvent, je me réveille la nuit pour penser à mon travail	
178. Je considère mon travail comme <u>l'une</u> des choses importantes de ma vie	
179. Quelquefois j'aimerais rester à la maison au lieu d'aller au travail	
180. Je considère mon travail comme <u>la</u> source de mes satisfactions dans la vie	
181. Je suis très heureux de retrouver mon domicile après une journée de travail	
182. J'ai souvent l'impression que les heures de travail durent trop longtemps	

ASTREINTES SOMATIQUES

Voici une série de symptômes que chacun peut ressentir. Qu'en est-il pour vous ?

	∅ jamais ou rarement	☹ parfois (1 x /mois)	☹☹ souvent (1 x /sem.)	☹☹☹ toujours (pls x /sem.)
183. Avez-vous des maux de tête?	0	1	2	3
184. Votre pouls est-il trop rapide ou irrégulier (battements de cœur)?	0	1	2	3
185. Avez-vous des vertiges?	0	1	2	3
186. Avez-vous des nausées?	0	1	2	3
187. Ressentez-vous un poids, une tension ou des douleurs dans la poitrine?	0	1	2	3
188. Avez-vous des maux d'estomac?	0	1	2	3
189. Avez-vous des troubles du sommeil?	0	1	2	3
190. Vous sentez-vous <u>anormalement</u> fatigué même après une bonne nuit de sommeil?	0	1	2	3

DEXTERITE MANUELLE: O'CONNOR TEST

191. Temps nécessaire pour remplir la première ligne
192. Temps nécessaire pour remplir les deux premières lignes:
193. Nombre d'erreurs:
194. Nombre de trous correctement remplis:

QUESTIONNAIRE DE KARASEK

195. Mon travail implique que j'apprenne de nouvelles choses

1	Pas du tout d'accord (jamais nouvelles choses : routines)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (nouvelles choses, différentes des routines connues. Ex: version entièrement nouvelle d'un programme)

196. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

197. Ma tâche comprend beaucoup de travail répétitif (-)

1	Pas du tout d'accord (travail très varié)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (travail à la chaîne,)

198. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

199. Mon travail me demande d'être créatif

1	Pas du tout d'accord (l'exécution ne comporte aucun problème, tout est exactement connu)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (le but n'est pas clair: il doit être d'abord précisé, ce qui nécessite du travail)

200. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

201. Mon travail me permet souvent de prendre des décisions moi-même

1	Pas du tout d'accord (aucune décision à prendre: objectifs, moyens, séquence des pas sont précisés d'avance)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (décision du choix des pas, de leur séquence, des aspects temporels à prendre)

202. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

203. Mon travail demande un haut niveau de compétence

1	Pas du tout d'accord (environ 1 jour de temps d'apprentissage)
2	Pas d'accord (environ 1 mois de temps d'apprentissage)
3	D'accord (environ 1 an de temps d'apprentissage)
4	Tout à fait d'accord (formation spéciale d'une durée de 2-3 ans)

204. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

205. Dans ma tâche, j'ai très peu de liberté pour décider comment je fais mon travail (-)

1	Pas du tout d'accord (le travailleur peut décider comment il exécute les pas)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (une procédure spécifique pour l'exécution est toujours donnée à l'avance)

206. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

207. Dans mon travail, j'ai des activités variées

1	Pas du tout d'accord (même tâche au moins 1 fois par minute)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (nombre important de tâches, il y en a peu qui se répètent sur un jour)

208. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

Deuxième MESURE DES FORCES MAXIMALES

209. J'ai l'occasion de développer mes compétences professionnelles (enrichissement des tâches, augmentation des choses à faire)

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

210. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

211. Mon travail demande de travailler très vite

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

212. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

213. Mon travail demande de travailler très intensément

1	Pas du tout d'accord (le sujet peut continuer sa tâche tout en bavardant)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (le travailleur ne peut pas se déconnecter de sa tâche, le bavardage est impossible, il doit rester vigilant)

214. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

215. Mon travail demande beaucoup d'efforts physiques

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

216. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

217. On me demande une quantité excessive de travail (-)

4	Pas du tout d'accord
3	Pas d'accord
2	D'accord
1	Tout à fait d'accord

218. Cela me convient:

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

219. Je dispose du temps nécessaire pour exécuter mon travail (-)

1	Pas du tout d'accord (jamais)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (toujours)

220. Cela me convient:
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

221. Je n'ai pas à répondre à des exigences contradictoires faites par d'autres (-)

1	Pas du tout d'accord (le travailleur reçoit des instructions contradictoires une ou plusieurs fois par jour)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (il ne reçoit pas d'instructions contradictoires)

222. Cela me convient:
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

223. Mon supérieur (direct) se sent concerné par le bien-être (au travail par rapport à la santé physique, sociale et psychologique) de ses subordonnés

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

224. Mon supérieur prête attention à ce que je dis (par rapport aux problèmes, aux commentaires professionnels)

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

225. Je suis satisfait des relations avec mon supérieur direct ?
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

226. Je suis satisfait des relations avec mes autres supérieurs ?
non applicable⁰ pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

227. Les collègues avec qui je travaille sont amicaux (au delà du poste de travail, pendant les pauses, à midi, et hors du travail)

1	Pas du tout d'accord (presque aucun de mes collègues)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (tous mes collègues)

228. Les collègues avec qui je travaille m'aident à mener ma tâche à bien

1	Pas du tout d'accord (presque aucun de mes collègues)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (tous mes collègues)

229. Je suis satisfait des relations avec mes collègues?
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

230. Ma sécurité d'emploi est bonne (-)

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

TROISIEME MESURE DES FORCES MAXIMALES

SUPPLEMENT AU QUESTIONNAIRE DE KARASEK

231. Il m'est possible de faire un "break" (pauses non officielles) pendant ma journée de travail

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

232. Je fais des heures supplémentaires volontaires

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (au moins 4 heures par semaine)

233. Je fais des heures supplémentaires imposées

1	Pas du tout d'accord (pas plus d'une heure par mois)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (au moins 4 heures par semaine)

234. En général, mes horaires me conviennent

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

235. Je dispose pour mon travail d'informations, d'outils, et de matériaux de bonne qualité et en quantité suffisante

1	Pas du tout d'accord (mauvaise qualité et/ou en quantité insuffisante)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (tout est fiable à +/- 100%)

236. Dans mon travail, il n'est pas possible de faire à la fois très vite et très bien : c'est l'un ou l'autre, mais pas les deux

1	Pas du tout d'accord (ni en fréquence d'apparition, ni en durée)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (et en fréquence d'apparition, et en durée)

237. Pour bien effectuer mon travail j'ai dû développer des astuces, des "trucs"

1	Pas du tout d'accord (il n'est jamais nécessaire que le travailleur dévie de la routine officielle)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (le travailleur ne peut bien effectuer son travail qu'en empruntant des voies non prescrites officiellement)

238. En général, l'organisation du travail me convient

pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

239. Dans mon travail, il y a des risques de se tromper (= probabilité des erreurs)

1	Pas du tout d'accord (travail d'exécution de consignes précises. Une seule possibilité, aucun choix)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord (la fréquence et la diversité des codes, équipements, indices, changements de production, sont une source fréquente d'erreurs)

240. Les conséquences des erreurs survenues au cours de ma tâche sont importantes
(= conséquences des erreurs)

1	Pas du tout d'accord (les erreurs commises n'ont aucune influence en aval - produit, équipement ou personnes)
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord les erreurs commises entraînent : - un refus définitif du produit - un risque grave pour les équipements et personnes - un arrêt important de la production - une perte financière importante

241. En général, le fait d'avoir des responsabilités me convient
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

242. Mon travail est contrôlé par la hiérarchie

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

243. Cela me convient
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ tout à fait⁵

244. Il arrive que des disputes à propos du travail éclatent entre collègues

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

245. Nous nous soutenons les uns les autres entre collègues face aux problèmes qui surgissent au travail
(face aux chefs)

1	Pas du tout d'accord
2	Pas d'accord
3	D'accord
4	Tout à fait d'accord

246. Je suis dérangé dans mon travail par le bruit
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ très⁵

247. Je suis dérangé dans mon travail par un éclairage inadéquat
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ très⁵

248. Je suis dérangé dans mon travail par la température, l'humidité, des courants d'air
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ très⁵

249. Mon travail est physiquement fatigant
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ très⁵

250. Mon travail est mentalement fatigant
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ très⁵

251. Dans quelle mesure vous sentez-vous stressé actuellement ?
pas du tout¹ pas trop² pas d'avis³ assez⁴ très⁵

252. Si vous êtes stressé, ce stress vient-il plutôt du travail ou de la vie hors travail ?
non applicable⁰ au travail¹ hors travail² les deux³

253. Y a-t-il eu des événements marquants dans votre vie au cours de cette année (mariage, naissance, divorce ou séparation, décès, maladie, difficulté financière, difficulté avec la justice, déménagement, perte d'emploi d'un proche,...) ?

254. Qu'est-ce qui vous satisfait le moins dans votre travail (quelque chose dont on n'aurait pas parlé: transport, garderie, cantine,)?

**ASPECTS QUALITATIFS DU TEST DE BONNARDEL
CRITERES D'OBSERVATION**

	--	-	0	+	++
255. vivacité	1	2	3	4	5
256. gestuelle	1	2	3	4	5
257. flexibilité	1	2	3	4	5
258. persévérance	1	2	3	4	5

259. représentation spatiale problématique:

NON⁰

OUI¹

260. méticulosité particulière

NON⁰

OUI¹

Remarques:

**Aspects quantitatifs du
test de Bonnardel**

	Temps cumulé	Temps partiel	Points
4 cubes: 1 min 30			
1			
2			
3			
4			
5			
6			
9 cubes: 2 min			
7			
8			
9			
10			
16 cubes: 3 min			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
261. Total des points			

