

پرسشنامه فرسودگی شغلی مسلش و جکسون

پرسشنامه فرسودگی شغلی دارای 22 سوال می باشد که توسط مسلش و جکسون در سال 1986 طراحی و ساخته شده است بر اساس مقیاس هفت گزینه‌ای تنظیم شده است و دارای سه مولفه ای (خستگی عاطفی، مسخ شخصیت و عدم موفقیت فردی) می باشد.

قسمتی از سوالات:

ردیف	سوالات	هرگز (0)	چند بار در سال (1)	یک بار در ماه (2)	چند بار در ماه (3)	یک بار در هفته (4)	چند بار در هفته (5)	هر روز (6)
1	احساس می کنم کارم از لحاظ روانی توان و نیروی مرا گرفته است.							
2	در پایان یک روز کاری احساس می کنم مورد سوءاستفاده قرار گرفته ام.							
3	صبح روزی که باید سرکار بروم از تصور رفتن به سر کار احساس خستگی می کنم.							
4	به راحتی می توانم احساسات دانشجویان (دانش آموزان) را درک کنم .							
5	احساس می کنم با برخی از دانشجویان (دانش آموزان) به صورت اشیایی بدون شخصیت انسانی برخورد می کنم.							
6	کار با دانشجویان (دانش آموزان) برای تمام روز واقعا برایم سخت و طاقت فرسات.							
7	=====							
17	به آسانی می توانم محیط آرامی برای دانشجویان (دانش آموزان) فراهم کنم.							
18	پس از کار با دانشجویان (دانش آموزان) احساس نشاط و شادمانی می کنم.							

							19	شغلم دست آوردهای مهم و با ارزشی برایم داشته است.
							20	احساس می کنم به خط آخر رسیده ام.
							21	در حیطه شغلی خود با مشکلات عاطفی و روانی بسیار با متانت برخورد می کنم.
							22	احساس می کنم دانشجویان (دانش آموزان) برای برخی از مشکلات مرا مقصر می دانند

شیوه نمره گذاری

این پرسشنامه بر اساس مقیاس هفت گزینه ای تنظیم شده است.

عنوان	هر روز	چند بار در هفته	یک بار در هفته	چند بار در ماه	یک بار در ماه	چند بار در سال	هرگز
امتیاز	6	5	4	3	2	1	0