

Échelle d'auto efficacité personnelle au travail

(SEP T, Follenfant & Meyer, 2003, adaptation de Schwarzer & Jerusalem, 1995)

Lisez attentivement chaque phrase et répondez sur l'échelle située en face en entourant un nombre correspondant le mieux à ce que vous pensez. 1 = pas du tout d'accord à 7 = tout à fait d'accord.

pas du tout d'accord	très peu d'accord	un peu d'accord	moyennement d'accord	assez d'accord	fortement d'accord	tout à fait d'accord
1	2	3	4	5	6	7

[strongly disagree] <----->[totally agree]

SEP-01	01	Dans mon travail, je parviens toujours à résoudre les problèmes difficiles si je m'en donne la peine.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-02	02	Si quelqu'un me fait obstacle dans le cadre de mon travail, je peux trouver un moyen pour obtenir ce que je veux.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-03	03	Il est facile pour moi de maintenir mes intentions et d'accomplir mes objectifs professionnels.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-04	04	Dans le cadre de mon travail, j'ai confiance en moi pour faire face efficacement aux événements inattendus.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-05	05	Grâce à mes compétences, je sais gérer des situations professionnelles inattendues.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-06	06	Je peux résoudre la plupart de mes problèmes professionnels si je fais les efforts nécessaires.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-07	07	Je reste calme lorsque je suis confronté·e à des difficultés professionnelles, car je peux me reposer sur ma capacité à maîtriser les problèmes.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-08	08	Lorsque je suis confronté·e à un problème dans mon travail, je peux habituellement trouver plusieurs idées pour le résoudre.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-09	09	Si j'ai un problème professionnel, je sais toujours quoi faire.	1 2 3 4 5 6 7
SEP-10	10	Quoiqu'il arrive au travail, je sais généralement faire face.	1 2 3 4 5 6 7

Codification :

Faire la moyenne des items puisqu'il n'y a qu'une dimension.

Merci d'utiliser ces références pour citer l'échelle d'auto efficacité au travail

Follenfant, A., & Meyer, T. (2003). Pratiques déclarées, sentiment d'avoir appris et auto efficacité au travail. Résultats de l'enquête quantitative par questionnaires. Dans Carré, P., & Charbonnier, O., (Éd.), *Les apprentissages professionnels informels* (pp. 185-246). Paris : L'Harmattant.

Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, *Measures in health psychology: A user's portfolio*. Causal and control beliefs (pp. 35-37). Windsor, UK: NFERNELSON