DUBS

Échelle d’ennui au travail (DUBS)

Le DUBS est une échelle brève d’auto-évaluation conçue pour mesurer l’ennui au travail chez les adultes en emploi. Il évalue surtout l’expérience subjective d’un travail sous stimulant à travers des manifestations affectives, cognitives et comportementales de l’ennui professionnel. L’outil est particulièrement utile en psychologie du travail pour le repérage du bore out, l’analyse de la qualité de vie au travail, l’évaluation des risques psychosociaux et le suivi de changements organisationnels ou cliniques. Sa version la plus utilisée repose sur une structure unidimensionnelle de 6 items, simple à administrer et facile à répéter dans le temps.

Nombre de questions	6 questions
Durée estimée	3 minutes
Langue	Français
Nom original	Dutch Boredom Scale
Public cible	Adulte salarié
Auteurs	Gaby Reijseger, Wilmar B. Schaufeli, Maria C. W. Peeters, Toon W. Taris, Ilona van Beek, Else Ouweneel (2013)
Catégorie	Souffrance liée au travail

Aperçu des 6 questions

Au travail, le temps passe très lentement.

Jamais | Presque jamais | Rarement | Quelquefois | Souvent | Très souvent | Toujours

Je m'ennuie à mon travail.

Jamais | Presque jamais | Rarement | Quelquefois | Souvent | Très souvent | Toujours

Pendant mon temps de travail, je rêvasse.

Jamais | Presque jamais | Rarement | Quelquefois | Souvent | Très souvent | Toujours

J'ai l'impression que mes journées de travail sont interminables.

Jamais | Presque jamais | Rarement | Quelquefois | Souvent | Très souvent | Toujours

Pendant mon travail, j'ai tendance à faire d'autres choses.

Jamais | Presque jamais | Rarement | Quelquefois | Souvent | Très souvent | Toujours

Cotations & interprétations

Coter chaque item selon la fréquence indiquée par le répondant. Selon la version utilisée, l'échelle de réponse est le plus souvent de 0 à 6 ou de 1 à 5, de jamais à toujours. Calculer de préférence la moyenne des 6 items, ou à défaut la somme totale en restant cohérent avec la version administrée. Un score plus élevé indique un niveau plus important d'ennui au travail. Il n'existe pas de seuil clinique universellement établi pour poser un diagnostic. L'interprétation doit donc être dimensionnelle, en tenant compte du contexte professionnel, d'éventuelles comparaisons intra individuelles et, si disponible, de normes issues de l'étude ou de l'adaptation utilisée.