



SWAT (version longue) [FR]

Auteur : SCH CATIE **Créé le :** 26/11/2024 **Mis à jour :** 10/04/2025 **Langue :** Français

Le **SWAT (Subjective Workload Assessment Technique)** est un questionnaire utilisé pour évaluer la charge de travail perçue des utilisateurs dans divers contextes, notamment dans les environnements de travail complexes ou sous stress. Cette technique permet de mesurer la perception qu'ont les individus de leur charge de travail en se basant sur trois dimensions principales :

- Le temps : représente le niveau de pression temporelle ressenti (ex. : "suffisamment de temps" à "temps insuffisant").
- L'effort mental : évalue la difficulté cognitive (ex. : "effort faible" à "effort élevé").
- Le stress psychologique : mesure la tension psychologique ou stress ressenti (ex. : "aucun stress" à "niveau de stress élevé").

Attention, les comparaisons par paire ne doivent être effectuées qu'une seule fois, avant la passation. Ces comparaisons portent sur un ressenti général et non sur la tâche.

Référence : Luximon, A., & Goonetilleke, R. S. (2001). Simplified subjective workload assessment technique. *Ergonomics*, 44(3), 229-243. <http://www.ieda.ust.hk/dfaculty/ravi/papers/workload.pdf>

COMPARAISON PAR PAIRE

Merci de sélectionner une des deux dimensions de la charge de travail que vous pensez être la plus importante pour vous.

1. Choix 1

Likert

Effort mental

Temps

2. Choix 2

Likert

Temps

Stress psychologique

3. Choix 3

Likert

Stress psychologique

Effort mental

PAGE 2

Pour chaque question, les trois scores (1, 2, 3) représentent un niveau "faible" ou "élevé". Des exemples de situations sont donnés à gauche.

4. Pression temporelle

HTML

1. Les personnes qui ont souvent du temps libre. Les interruptions ou les chevauchements entre les activités sont rares ou inexistantes. 2. Disposer occasionnellement de temps libre. Les interruptions ou les chevauchements d'activités sont fréquents, 3. N'ont presque jamais de temps libre. Les interruptions ou les chevauchements d'activités sont fréquents ou se produisent tout le temps.

Charge temporelle

Votre ressenti lié au manque de temps libre, aux interruptions, aux chevauchement entre les tâches et activités, etc.

5. .

Réponse unique

Matrice

	1	2	3
Charge temporelle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Pression temporelle

HTML

1. Les personnes qui ont souvent du temps libre. Les interruptions ou les chevauchements entre les activités sont rares ou inexistants. 2. Disposer occasionnellement de temps libre. Les interruptions ou les chevauchements d'activités sont fréquents, 3. N'ont presque jamais de temps libre. Les interruptions ou les chevauchements d'activités sont fréquents ou se produisent tout le temps.

Effort mental

Votre ressenti lié à l'effort conscient, à la concentration, à l'attention nécessaire pour la tâche, etc.

7. .

Réponse unique

Matrice

	1	2	3
Effort mental	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Pression temporelle

HTML

1. Les personnes qui ont souvent du temps libre. Les interruptions ou les chevauchements entre les activités sont rares ou inexistants. 2. Disposer occasionnellement de temps libre. Les interruptions ou les chevauchements d'activités sont fréquents, 3. N'ont presque jamais de temps libre. Les interruptions ou les chevauchements d'activités sont fréquents ou se produisent tout le temps.

Stress psychologique

Votre ressenti lié à la confusion, au risque, à la frustration, à l'anxiété, etc.

9. .

Réponse unique

Matrice

	1	2	3
Stress psychologique	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>