



# NASA-TLX Evaluation de la charge de travail

**Auteur :** SCH CATIE **Créé le :** 01/09/2021 **Mis à jour :** 14/12/2023 **Langue :** Français

L'outil NASA-TLX est une technique d'évaluation *subjective* de la **charge de travail** couramment utilisée (Hart & Staveland, 1988).

En incorporant une procédure d'évaluation multidimensionnelle, le questionnaire permet d'obtenir un score global de la charge de travail basé sur une moyenne pondérée des évaluations de **six sous-échelles** :

- **Demande mentale**
- **Demande physique**
- **Demande temporelle**
- **Performance**
- **Effort**
- **Frustration**

Le questionnaire est composé de deux parties:

- Le choix entre deux facteurs qui permet de calculer les poids de mesure
- L'évaluation des six dimensions

**Ref :** Cegarra, J., & Morgado, N. (2009, September). Étude des propriétés de la version francophone du NASATLX. In *Communication présentée à la cinquième édition du colloque de psychologie ergonomique (Epique)* (pp. 28-30).

[https://www.researchgate.net/publication281036900\\_Etude\\_des\\_proprietes\\_de\\_la\\_version\\_francophone\\_du\\_TLX](https://www.researchgate.net/publication281036900_Etude_des_proprietes_de_la_version_francophone_du_TLX)

---

## INSTRUCTIONS

### 1. Informations

HTML

L'évaluation que vous êtes sur le point d'effectuer est une technique qui a été développée par la NASA pour évaluer l'importance relative de six facteurs dans la détermination de la charge de travail que vous avez ressentie lors de l'exécution d'une tâche que vous avez récemment effectuée. Les six facteurs sont définis à la page suivante. Lisez-les pour vous assurer que vous comprenez la signification de chaque facteur. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à les poser à votre administrateur.

## DÉFINITIONS

### 2. Définitions

HTML

#### **Exigence mentale** (faible/élevée)

Quelle activité mentale et perceptive était requise (par exemple, penser, décider, calculer, se souvenir, regarder, chercher, etc.) La tâche était-elle facile ou exigeante, simple ou complexe, indulgente ou exigeante ?

#### **Exigence physique** (faible/élevée)

Quelle quantité d'activité physique était requise (par exemple, pousser, tirer, tourner, contrôler, activer, etc.) La tâche était-elle facile ou exigeante, lente ou rapide, détendue ou exténuante, reposante ou laborieuse ?

#### **Exigence temporelle** (faible/élevée)

Quelle pression temporelle avez-vous ressentie en raison de la vitesse ou du rythme auquel les tâches ou les éléments de la tâche se sont déroulés ? Le rythme était-il lent et tranquille ou rapide et effréné ?

#### **Performance** (bonne/mauvaise)

Dans quelle mesure pensez-vous avoir réussi à atteindre les objectifs de la tâche fixés par l'expérimentateur (ou vous-même) ? Dans quelle mesure avez-vous été satisfait de votre performance dans l'accomplissement de ces objectifs ?

#### **Effort** (faible/élevé)

Dans quelle mesure avez-vous dû travailler (mentalement et physiquement) pour atteindre votre niveau de performance ?

#### **Niveau de frustration** (faible/élevé)

Dans quelle mesure avez-vous ressenti de l'insécurité, du découragement, de l'irritation, du stress et de l'agacement par rapport à de la sécurité, de la satisfaction, du contentement, de la détente et de la complaisance pendant la tâche ?

## COMPARAISONS PAR PAIRES

Une série de paires de facteurs de l'échelle d'évaluation va vous être présentée : chaque paire apparaîtra sur un écran séparé. Pour chaque paire, choisissez le facteur qui a été le plus important pour votre expérience de la charge de travail dans la tâche que vous avez récemment effectuée.

### PAGE 4

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

#### 3. Choix 1

Likert

Exigence physique

Exigence mentale

### PAGE 5

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

#### 4. Choix 2

Likert

Performance

Exigence mentale

### PAGE 6

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

#### 5. Choix 3

Likert

Effort

Exigence physique

### PAGE 7

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

#### 6. Choix 4

Likert

Effort

Performance

### PAGE 8

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**7. Choix 5**

Likert

Performance

Niveau de frustration

**PAGE 9**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**8. Choix 6**

Likert

Exigence temporelle

Exigence physique

**PAGE 10**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**9. Choix 7**

Likert

Effort

Exigence mentale

**PAGE 11**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**10. Choix 8**

Likert

Exigence temporelle

Performance

**PAGE 12**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**11. Choix 9**

Likert

Exigence mentale

Niveau de frustration

**PAGE 13**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**12. Choix 10**

Likert

Exigence mentale

Exigence temporelle

**PAGE 14**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**13. Choix 11**

Likert

Performance

Exigence physique

**PAGE 15**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**14. Choix 12**

Likert

Niveau de frustration

Exigence physique

**PAGE 16**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

**15. Choix 13**

Likert

Effort

Niveau de frustration

**PAGE 17**

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

### 16. Choix 14

Likert

Effort

Exigence temporelle

### PAGE 18

Choisissez ci-dessous le facteur qui contribue le plus à la charge de travail pour la tâche spécifique que vous avez récemment effectuée.

### 17. Choix 15

Likert

Niveau de frustration

Exigence temporelle

### ECHELLE DE NOTATION

Une série d'échelles d'évaluation va vous être présentée. Pour chacune des six échelles, évaluez la tâche que vous avez récemment effectuée en appuyant sur l'emplacement de l'échelle qui correspond à votre expérience. Chaque ligne comporte deux descripteurs d'extrémité qui décrivent l'échelle. Examinez soigneusement vos réponses en distinguant les différentes conditions de la tâche, et considérez chaque échelle individuellement.

### PAGE 20

#### 18. Exigence mentale

Slider visuel analogique

Quel degré d'activité mentale était exigé pour réaliser la tâche ?

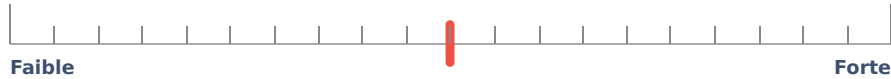


### PAGE 21

#### 19. Exigence physique

Slider visuel analogique

Quel degré d'activité physique était exigé pour réaliser la tâche ?



### PAGE 22

#### 20. Exigence temporelle

Slider visuel analogique

Quelle pression temporelle avez-vous ressentie pour réaliser la tâche ?



### PAGE 23

#### 21. Performance

Slider visuel analogique

Avec quel succès pensez-vous avoir réalisé la tâche ?



### PAGE 24

#### 22. Effort

Slider visuel analogique

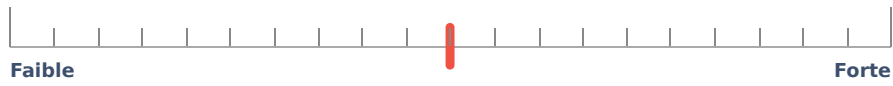
Quel effort deviez-vous fournir pour accomplir la tâche ?



### 23. Niveau de frustration

Slider visuel analogique

Avez-vous ressenti, durant la tâche, de l'insécurité, du découragement, de l'irritation, du stress ou de l'agacement ?



### FIN DU NASA-TLX

Vous avez terminé cette évaluation, merci!

---