

این فایل فقط برای مشاهده قسمتی از پرسشنامه می باشد.

برای خرید و دریافت فایل کامل ورد و قابل ویرایش این پرسشنامه

به داخل سایت مراجعه نماید.

پرسشنامه بهره‌وری

پرسشنامه بهره‌وری دارای 13 سوال می باشد و هدف از این پرسشنامه شناسایی سیکل بهره‌وری روزانه افراد می باشد

قسمتی از سوالات تخصصی:

1. اگر شما برای برنامه ریزی روزانه خود آزاد باشید، بهترین زمانی را که شما احساس می کنید برای برخاستن از خواب مناسبتر است، کدامیک از موارد زیر می باشد:

الف. 5-6/30 صبح

ب. 6/30-7/45 صبح

ج. 7/45-9/45 صبح

د. 9/45 - 11 صبح

ه. 11-12 ظهر

2. اگر در عصر هر روز آزاد باشید، احساس می کنید چه زمانی برای به رختخواب رفتن مناسب باشد؟

الف. 8-9 عصر

ب. 9-10/15 شب

ج. 10/15 - 12/30 شب

د. 12/30 - 1/45 بامداد

ه. 1/45 - 3/00 بامداد

3

10. اگر شما راجع به انتخاب ترتیب زمانی کار خود آزاد باشید، چه وقتی از روز را برای شروع کار خود برمی گزینید. (زمان کاری تمام وقت 8 ساعت است)

الف. قبل از ساعت 6/30 صبح

ب. 6/30 - 7/30 صبح

ج. 7/30 - 8/30 صبح

د. 8/30 صبح و دیرتر از آن

11. اگر شما همیشه مجبور باشید که در ساعت 6 صبح سر کار حاضر شوید، درباره این وضعیت چگونه فکر می کنید؟

الف. خیلی مشکل و ناخوشایند است

ب. مشکل و ناخوشایند است

ج. کمی ناخوشایند، اما زیاد مشکل نیست

د. آسان و خوشایند

12. بعد از برخاستن از خواب در صبح، معمولا چه مدت زمانی طول می کشد تا حالتان سر جایش بیاید؟

الف. 0-10 دقیقه

ب. 11-20 دقیقه

ج. 21-40 دقیقه

د. بیشتر از 40 دقیقه

13. لطفا نشان دهید شما به چه میزان در صبح یا عصر فرد فعالی هستید؟

الف. قطعا در صبح فعال هستم (صبح سرحال و عصر خسته)

ب. اکثرا در صبح فعالترم

ج. اکثرا در عصر فعالترم

د. قطعا در عصر فعال هستم (صبح خسته، عصر سرحال)