



**AGRICULTURES  
& TERRITOIRES**  
CHAMBRES D'AGRICULTURE  
BRETAGNE



# BIEN VIVRE SON TRAVAIL

## AUTODIAGNOSTIC



Chaque membre de l'exploitation est invité à répondre séparément à ce questionnaire.

Une confrontation des réponses peut être très riche pour vous tous.

L'objectif de ce questionnaire est de vous aider à vous positionner par rapport à votre façon de vivre le travail. Il détaille les aspects concernant votre attitude face au travail, votre gestion du temps, vos conditions de travail, les relations que vous entretenez dans votre environnement de travail et, selon la situation, la gestion du personnel ▲

### *Comment utiliser ce questionnaire ?*

- > Pour chaque question, vous répondez par « oui » ou par « non » dans la colonne « Situation actuelle »
- > Ensuite, si vous avez répondu « non » à la question, vous répondez par oui ou par non à la question « Souhaitez-vous que cela change ? »
- > A la fin de chaque grille, vous totalisez le nombre de réponses dans les colonnes A, B et C. Reportez ensuite vos scores sur la page « Vos résultats » en fin de document, pour leur interprétation.





# Fiche 1

## ATTITUDES FACE AU TRAVAIL



- Vous sentez-vous libre d'agir dans la conduite de votre exploitation ? .....
- Etes-vous satisfait de l'équilibre entre votre vie personnelle, familiale, sociale et professionnelle ? .....
- Pensez-vous avoir suffisamment de temps en dehors de votre travail sur l'exploitation ? .....
- Etes-vous satisfait de votre revenu ? .....
- Etes-vous satisfait de la rémunération horaire de votre travail ? .....
- Estimez-vous avoir le temps de bien faire le travail que vous engagez ? .....
- Prenez-vous plaisir à faire votre travail (toutes activités, de façon générale) ? .....
- En cas de sur-charge de travail, réussissez-vous à vous fixer des priorités dans les tâches à réaliser ? .....
- Délégez-vous facilement votre travail à quelqu'un d'autre ? .....
- Avez-vous des occasions suffisantes pour couper avec le travail ? .....

<i>Situation actuelle</i>		<i>Souhaitez-vous que cela change ?</i>	
OUI	NON	OUI	NON
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Fiche 1

Total

ATTITUDES  
FACE AU TRAVAIL

A	B	C	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





## ORGANISATION DU TRAVAIL & GESTION DU TEMPS



- Avez-vous des horaires réguliers pour commencer et terminer votre travail quotidien ? .....
- Etes-vous satisfait de vos horaires de travail habituels ? .....
- Vivez-vous bien les périodes de pointe ? .....
- Recevez-vous sur rendez-vous les partenaires (fournisseurs, techniciens, représentants) qui viennent sur l'exploitation ? .....
- Avez-vous déterminé des périodes précises (dans la journée ou dans la semaine) pour le travail administratif ? .....
- Prenez-vous du temps seul ou à plusieurs, pour planifier les chantiers de la semaine ?
- Dégagez-vous du temps pour vous informer, vous former et acquérir de nouvelles compétences ? .....
- Pour le cas où vous seriez souffrant ou accidenté, avez-vous prévu les modalités de votre remplacement ? .....
- Votre système de production permet-il de dégager le temps libre souhaité dans la journée, la semaine ou l'année ? .....

<i>Situation actuelle</i>		<i>Souhaitez-vous que cela change ?</i>	
OUI	NON	OUI	NON
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## CONDITIONS DE TRAVAIL



- Vous sentez-vous globalement en bonne santé : sans stress ni problèmes physiques (troubles musculo-squelettiques, maux de dos) ? .....
- Chez vous, les travaux pénibles sont-ils exceptionnels ? .....
- Attachez-vous de l'importance aux dispositifs de sécurité lors de l'utilisation d'un équipement ou d'un produit ? .....
- Vivez-vous bien les tâches répétitives ? .....
- Etes-vous satisfait de la distance entre le domicile et le lieu de travail ? .....
- Vivez-vous bien les astreintes du week-end ? .....
- Etes-vous correctement équipé pour réaliser les travaux réguliers ?
- > en production .....
  - > en transformation - commercialisation .....
  - > en travaux administratifs (bureau, logiciels, outils numériques et informatiques) .....
- Dans votre exploitation, les conditions de travail sont-elles satisfaisantes sur les points suivants ?
- > Conditions d'ambiance dans les bâtiments (ventilation, bruit, courant d'air, température...) .....
  - > Circulation des animaux .....
  - > Circulation des personnes .....
  - > Ports de charge, ergonomie .....
- Dans votre travail, réussissez-vous à surmonter le stress lié aux facteurs suivants :
- > Imprévus climatiques et sanitaires .....
  - > Gestion administrative .....
  - > Contrôles .....
  - > Difficultés relationnelles dans le travail .....
  - > Complexités des décisions .....
  - > Difficultés économiques et financières .....
  - > Volume de travail .....

Situation actuelle		Souhaitez-vous que cela change ?	
OUI	NON	OUI	NON
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## RELATIONS HUMAINES



- Avez-vous suffisamment de contacts avec les autres au sein de l'exploitation et dans votre environnement ? .....
- Etes-vous bien intégré dans votre environnement local (voisins, associations, élus...) ? .....
- Faites-vous régulièrement et ouvertement le point avec les personnes travaillant avec vous sur l'exploitation ? .....
- Pensez-vous que les décisions importantes de l'exploitation soient discutées avec toutes les personnes concernées ? .....
- Pensez-vous que la répartition du temps de travail soit équitable entre associés ? .....
- Dans votre exploitation, le partage des responsabilités vous convient-il ? .....
- Dans votre exploitation, les responsabilités sont-elles claires et bien reconnues en interne comme en externe ? .....
- Avez-vous le sentiment de conserver votre liberté en travaillant à plusieurs ? .....
- Dans le cadre d'un travail à plusieurs, faites-vous confiance aux autres ? .....
- Réalisez-vous régulièrement des travaux en commun avec d'autres agriculteurs ? .....
- Pouvez-vous facilement exprimer votre avis et être écouté ? .....
- Sur l'exploitation, pensez-vous que toutes les informations sont partagées et accessibles à toutes les personnes concernées ? .....
- En cas de tensions, êtes-vous à l'aise pour aborder, parler des problèmes ? .....

Situation actuelle		Souhaitez-vous que cela change ?	
OUI	NON	OUI	NON
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Fiche**  
**4**

**Total**

RELATIONS HUMAINES

A     B     C



## MANAGEMENT & GESTION DU PERSONNEL



En cas de surcharge de travail, faites-vous appel à de la main-d'œuvre supplémentaire ?

Si vous avez répondu « oui » à la question précédente, quelle solution retenez-vous en priorité :

- > Association de remplacement.....
- > C.U.M.A.....
- > E.T.A.....
- > Emploi direct d'un salarié .....
- > Emploi à plusieurs d'un salarié - groupement d'employeurs .....
- > Entraide.....

En cas d'embauche, avez-vous défini les tâches à confier à un salarié et les compétences nécessaires ? .....

Avez-vous réalisé un diagnostic d'évaluation des risques sur votre exploitation ? .....

**Si vous êtes employeur de main-d'oeuvre ou si vous êtes en phase d'embauche :**

Trouvez-vous facilement de la main-d'œuvre permanente pour votre exploitation ?....

Avez-vous réalisé un ou des entretiens d'embauche ?.....

Réalisez-vous des entretiens professionnels avec vos ou votre salarié-s ?.....

Le salarié vous permet-il d'améliorer les résultats de votre exploitation ?.....

Etes-vous à l'aise pour assurer les tâches administratives liées à l'emploi d'un salarié (déclarations, bulletins de salaire, cotisations ...)? .....

Etes-vous à l'aise pour assurer l'encadrement d'un salarié (passer les consignes, le motiver, contrôler son travail ...)? .....

Abordez-vous facilement tous les sujets avec votre ou vos salarié-s ? .....

Adaptez-vous le travail de votre salarié en fonction de ses goûts, de ses compétences ?

Encouragez-vous votre salarié à se former et lui dégagéz-vous du temps pour cela ? ..

Etes-vous satisfait des relations avec votre (vos) salarié-s ? .....

Etes-vous satisfait de la stabilité de la main-d'œuvre sur votre exploitation ? .....

Situation actuelle		Souhaitez-vous que cela change ?	
OUI	NON	OUI	NON
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Fiche 5** **Total** **MANAGEMENT & GESTION DU PERSONNEL**

A  B  C

# VOS RÉSULTATS

Reportez dans le tableau ci-dessous les scores obtenus dans chacun des domaines :

DOMAINES ET SCORES	A	B	C	(C/B) x 100
1 - Attitudes face au travail				
2 - Organisation du travail et gestion du temps				
3 - Conditions de travail				
4 - Relations humaines				
5 - Management et gestion du personnel				

Pour chaque domaine, comparez votre score A au score B, ils traduisent votre bonne qualité de vie au travail :

- > A est largement supérieur à B  
> La situation actuelle vous convient. Vous vous sentez bien dans votre travail. **Continuez ainsi !**
- > A est très proche de B  
> Votre situation ne vous pose pas vraiment de problème, mais elle pourrait être meilleure. **Anticipez !**
- > A est inférieur à B  
> Il est temps de prendre les choses en main et d'**améliorer vos conditions de travail.**

Pour chaque domaine, calculez le quotient C/B et multipliez-le par 100, il traduit votre volonté de changement :

- > Entre 0 et 20 % Plusieurs aspects de votre travail ne vous satisfont pas, mais **vous ne souhaitez pas vraiment que les choses changent.**
- > Entre 20 et 50 % C'est encore un peu timide ! Mais **vous aimeriez bien** faire en sorte **que vos conditions de travail soient meilleures.**
- > Plus de 50 % Allez-y, foncez ! **Vous avez la volonté de faire bouger la situation.**  
Si vous n'y parvenez pas seul, faites appel à votre conseiller des Chambres d'agriculture de Bretagne : il vous aidera à faire le point et à trouver des solutions pour améliorer votre qualité de vie au travail.

*Si vous souhaitez aller plus loin,*

N'hésitez pas à faire appel à un conseiller spécialisé des Chambres d'agriculture de Bretagne.

A partir de l'analyse de vos besoins, il pourra vous proposer des formations ou un diagnostic plus approfondi.



# VOS CONTACTS



**AGRICULTURES  
& TERRITOIRES**  
CHAMBRES D'AGRICULTURE  
BRETAGNE

## Service Conseil Entreprise

**Côtes d'Armor** Tél. 02 96 79 20 15

**Finistère** Tél. 02 98 52 49 19

**Ille-et-Vilaine** Tél. 02 23 48 28 70

**Morbihan** Tél. 02 97 46 22 29

Document issu des travaux des Chambres d'agriculture de Bretagne, mis à jour par le groupe Relations humaines  
[www.chambres-d-agriculture-bretagne.fr](http://www.chambres-d-agriculture-bretagne.fr)



Avec la participation financière de

avec la contribution financière  
du corps d'habitat rural  
«Développement agricole et rural»