

Workaholismus (DUWAS) ©

In der folgenden Liste finden Sie Aussagen dazu, wie man die Arbeit erleben kann. Kreuzen Sie bitte das für Sie Zutreffende an. Bitte beachten Sie, dass Sie hier vier Antwortmöglichkeiten haben.

	(fast) nie 1	ab und zu 2	regelmäßig 3	(sehr) häufig 4
1. Es kommt vor, dass ich in Eile bin und mich in einem Wettlauf mit der Zeit befinde. <i>(EA)</i>	1	2	3	4
2. Es kommt vor, dass ich weiter arbeite nachdem meine Kollegen Feierabend gemacht haben. <i>(EA)</i>	1	2	3	4
3. Es ist wichtig für mich hart zu arbeiten, auch wenn mir das, was ich tue, keinen Spaß macht. <i>(ZA)</i>	1	2	3	4
4. Ich bin stets beschäftigt und habe mehrere Eisen im Feuer. <i>(EA)</i>	1	2	3	4
5. Ich spüre, dass mich etwas in mir dazu antreibt hart zu arbeiten. <i>(ZA)</i>	1	2	3	4
6. Ich verbringe mehr Zeit mit der Arbeit als mit Freunden, Hobbies oder Freizeitaktivitäten. <i>(EA)</i>	1	2	3	4
7. Ich fühle mich verpflichtet, hart zu arbeiten, auch wenn es keinen Spaß bringt. <i>(ZA)</i>	1	2	3	4
8. Es kommt vor, dass ich zwei oder drei Dinge gleichzeitig tue, wie Essen, eine Notiz schreiben, Telefonieren. <i>(EA)</i>	1	2	3	4
9. Ich habe ein schlechtes Gewissen, wenn ich mir frei nehme. <i>(ZA)</i>	1	2	3	4
10. Es fällt mir schwer zu entspannen, wenn ich nicht arbeite. <i>(ZA)</i>	1	2	3	4

EA= Exzessives Arbeiten; *ZA* = Zwanghaftes Arbeiten