

Голландская шкала трудовой зависимости (DUWAS) ©

Ниже приводится список суждений о том, что Вы чувствуете по отношению к своей работе. Пожалуйста, прочитайте внимательно каждое утверждение и определите, насколько для Вас характерны описанные ситуации. Пожалуйста, для каждого утверждения выберите вариант ответа, который лучше всего описывает, как часто Вы себя чувствовали соответствующим образом. Если Вы никогда или почти никогда не чувствовали подобного, обведите цифру 1 (один) напротив соответствующего суждения. Если Вы всегда или почти всегда чувствуете подобное, обведите цифру 4 (четыре).

	(Почти) никогда 1	Иногда 2	Часто 3	(Почти) всегда 4
1. Я нахожусь в спешке и испытываю нехватку времени (WE)	1	2	3	4
2. Я продолжаю работать, даже когда мои коллеги уже ушли с работы (WE)	1	2	3	4
3. Для меня важно работать не жалея сил, даже если работа мне не по душе (WC)	1	2	3	4
4. Я всё время занят делом и не даю себе «остыть» (WE)	1	2	3	4
5. Я чувствую, что что-то внутри меня заставляет меня работать, не жалея сил (WC)	1	2	3	4
6. Я трачу больше времени на работу, чем на общение с друзьями, любимые занятия и отдых (WE)	1	2	3	4
7. Я чувствую себя обязанным(ой) работать упорно, даже когда это не доставляет удовольствия (WC)	1	2	3	4
8. Я делаю два-три дела одновременно, например, обедаю, работаю с документами и говорю по телефону (WE)	1	2	3	4
9. Я испытываю чувство вины, когда отпрашиваюсь с работы (WC)	1	2	3	4
10. Мне трудно расслабиться, когда я не работаю (WC)	1	2	3	4

WE = Чрезмерность работы; *WC* = Навязчивость работы

© Schaufeli & Taris (2004). Голландская шкала трудовой зависимости (The Dutch Work Addiction Scale, DUWAS) может свободно использоваться для некоммерческих, научных исследований. Использование в коммерческих и/или ненаучных целях запрещено без предварительного письменного разрешения авторов.

На русский язык анкету перевёл Андрей Ловаков.