

نیچے دی گئی عبارات کا تعلق آپ کے کام کے متعلق احساسات سے ہے۔ برائے مہربانی ہر عبارت کو دیہان سے پڑھیں اور سوچیں کہ آپ ایسا اپنی ملازمت کے بارے میں کتنی مرتبہ محسوس کرتے / کرتی ہیں۔ اور متعلقہ خانے میں نشان لگائیں۔

نمبر شمار	عبارات	ایسا کبھی نہیں ہوتا	ایسا ہوتا تو ہے مگر بہت کم	ایسا اکثر ہوتا ہے	ایسا ہمیشہ ہوتا ہے
1	میں ہمیشہ جلدی میں اور وقت سے آگے رہنے کی کوشش کرتا/کرتی ہوں۔				
2	میں اس وقت بھی کام جاری رکھتا /رکھتی ہوں جب میرے دوسرے ساتھی کام بند کر دیتے ہیں۔				
3	اگر چہ میں جو کچھ کر رہا/رہی ہوں اس میں مجھے مزہ نہ بھی اُٹے پھر بھی میرے لینے محنت سے کام کرنا اہم ہے				
4	میں مصروف رہتا /رہتی ہوں اور ایک وقت میں بہت سے کام کرتا /کرتی ہوں۔				
5	مجھے لگتا ہے کہ میرے اندر کوئی جذبہ ہے جو مجھے کام میں محنت کرنے پہ ابھارتا ہے۔				
6	میں دوستوں کے ساتھ وقت گزارنے ، تفریحی سرگرمیاں کرنے اور دوسرے مشاغل سے زیادہ کام میں وقت صرف کرتا / کرتی ہوں۔				
7	میں اپنے آپ کو کام کرنے میں ذمہ دار محسوس کرتا /کرتی ہوں چاہے مجھے اس میں لطف نہ بھی اُٹے۔				
8	میں اکثر ایک وقت میں دو یا تین کام کر رہا ہوتا ہوں/کر رہی ہوتی ہوں جیسے فون کرتے ہوئے کھانا یا لکھنا۔				
9	جب میں کام میں وقفہ لیتا /لیتی ہوں تو مجھے مجرمانہ احساس ہوتا ہے۔				
10	جب میں کام نہیں کر رہا ہوتا /کر رہی ہوتی تو مجھے طمانیت محسوس نہیں ہوتی۔				