

Bergen Work Addiction Scale (BWAS)

Tradotto e riadattato da:

Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Hetland, J. & Pallesen, S. (2012). Development of a work addiction scale. Scandinavian Journal of Psychology. DOI: 10.1111/j.1467-9450.2012.00947.x

Essere sinceri nel rispondere scegliendo tra:

(1) Mai, (2) Raramente, (3) A volte, (4) Spesso, e (5) Sempre

	(1) Mai	(2) Raramente	(3) A volte	(4) Spesso	(5) Sempre
Pensi a come avere più tempo a disposizione per lavorare.					
Spendi molto più tempo lavorando di quanto inizialmente previsto.					
Lavori per ridurre il senso di colpa, ansia, impotenza e depressione.					
Capita che altri vi dicano che dovete ridurre il lavoro, senza che voi gli diate retta					
Ti senti stressato se non ti è permesso di lavorare.					
Togliete importanza agli hobby, al tempo libero, e all'esercizio fisico a causa del vostro lavoro.					
Lavorate così tanto che questo ha influenzato negativamente la vostra salute.					
	Totale				

Se in almeno 4 dei sette item hai risposto 4 (spesso) o 5 (sempre) probabilmente hai problemi di dipendenza dal lavoro, Workaholism, pertanto potresti avere bisogno di un aiuto.