BWAS

Escala de Adicción al Trabajo de Bergen (BWAS)

La Escala de Adicción al Trabajo de Bergen (BWAS) es un cuestionario autoaplicado breve para evaluar la adicción al trabajo según los criterios del modelo de las adicciones comportamentales. Los 7 ítems de la prueba evalúan aspectos como la preocupación excesiva por el trabajo, la tolerancia, la modificación del estado de ánimo y la pérdida de control. Es un instrumento de cribado destinado al uso clínico y a la investigación.

Número de preguntas	7 preguntas
Duración estimada	3 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Bergen Work Addiction Scale
Población destinataria	Adultos
Autores	Cecilie Schou Andreassen, Ståle Pallesen, Mark D. Griffiths (2012)
Categoría	Malestar laboral

Vista previa de las 7 preguntas

Durante el último año, ¿con qué frecuencia...

...ha pensado en cómo podría liberar más tiempo para trabajar?

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Siempre

Durante el último año, ¿con qué frecuencia...

...ha dedicado mucho más tiempo a trabajar de lo que pretendía inicialmente?

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Siempre

Durante el último año, ¿con qué frecuencia...

...ha trabajado para reducir sentimientos de culpa, ansiedad, impotencia o depresión?

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Siempre

Durante el último año, ¿con qué frecuencia...

...le han dicho otras personas que trabaje menos, sin que usted les haga caso?

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Siempre

Durante el último año, ¿con qué frecuencia...

...se ha estresado si se le ha impedido trabajar?

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Siempre

Corrección e interpretación

Cada ítem se valora en una escala de 1 a 5 (1 = nunca, 5 = siempre). Una puntuación alta en al menos 4 ítems indica una probabilidad de adicción al trabajo. La puntuación total también puede utilizarse para evaluar el grado de adicción.