BWAS

Bergeńska skala uzależnienia od pracy (BWAS)

Bergeńska skala uzależnienia od pracy (BWAS) to krótki kwestionariusz samoopisowy służący do oceny uzależnienia od pracy według kryteriów modelu uzależnień behawioralnych. 7 pozycji testu ocenia takie aspekty jak nadmierne zaabsorbowanie pracą, tolerancja, modyfikacja nastroju i utrata kontroli. Jest to narzędzie przesiewowe przeznaczone do zastosowań klinicznych i badawczych.

Liczba pytań	7 pytań
Szacowany czas	3 minuty
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Bergen Work Addiction Scale
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Cecilie Schou Andreassen, Ståle Pallesen, Mark D. Griffiths (2012)
Kategoria	Obciążenie psychiczne w pracy

Podgląd 7 pytań

Jak często w ciągu ostatniego roku:

Myślał(a) Pan/Pani o tym, jak wygospodarować więcej czasu na pracę?

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Zawsze

Jak często w ciągu ostatniego roku:

Spędzał(a) Pan/Pani na pracy znacznie więcej czasu, niż początkowo zamierzał(a)?

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Zawsze

Jak często w ciągu ostatniego roku:

Pracował(a) Pan/Pani po to, by zmniejszyć poczucie winy, lęk, bezradność lub przygnębienie?

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Zawsze

Jak często w ciągu ostatniego roku:

Inni mówili Panu/Pani, żeby ograniczyć pracę, a Pan/Pani ich nie słuchał(a)?

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Zawsze

Jak często w ciągu ostatniego roku:

Odczuwał(a) Pan/Pani stres, gdy zabraniano Panu/Pani pracować?

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Zawsze

Obliczanie wyników i interpretacja

Każdą pozycję ocenia się na skali od 1 do 5 (1 = nigdy, 5 = zawsze). Wysoki wynik w co najmniej 4 pozycjach wskazuje na prawdopodobieństwo uzależnienia od pracy. Wynik całkowity może również służyć do oceny stopnia uzależnienia.