BWAS

Bergens skala för arbetsberoende (BWAS)

Bergen Work Addiction Scale (BWAS) är ett kort självskattningsformulär för bedömning av arbetsberoende enligt kriterierna i modellen för beteendeberoende. Testets 7 frågor bedömer aspekter som överdriven upptagenhet av arbetet, tolerans, stämningsförändring och kontrollförlust. Det är ett screeninginstrument avsett för kliniskt bruk och forskning.

Antal frågor	7 frågor
Beräknad tid	3 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Bergen Work Addiction Scale
Målgrupp	Vuxna
Författare	Cecilie Schou Andreassen, Ståle Pallesen, Mark D. Griffiths (2012)
Kategori	Arbetsrelaterad ohälsa

Förhandsgranskning av de 7 frågorna

Du funderar på hur du kan frigöra mer tid till arbete.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Alltid

Du lägger mycket mer tid på arbete än du först hade tänkt.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Alltid

Du arbetar för att minska känslor av skuld, ångest, hjälplöshet och depression.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Alltid

Andra har sagt åt dig att dra ner på arbetet utan att du har lyssnat på dem.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Alltid

Du blir stressad om du hindras från att arbeta.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Alltid

Poängsättning och tolkning

Varje fråga skattas på en skala från 1 till 5 (1 = aldrig, 5 = alltid). En hög poäng på minst 4 frågor tyder på sannolikt arbetsberoende. Totalpoängen kan också användas för att bedöma graden av beroende.