BEN IK EEN WORKAHOLIC?—VRAGEN

HANDOUT

Zet een streepje in het vakje dat het meest toepasselijk is. Wees zo eerlijk als u kunt.

*Ik: Zeer vaak Vaak Soms Zelden Nooit*

Praat over mijn werk in mijn vrije tijd [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Praat liever over werk dan over iets anders [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Voel me door mijn werk opgejaagd [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Pak een zware werklast aan [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Heb een hekel aan vakantie [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Werk in het weekeinde [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Neem 's avonds werk mee naar huis [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Ben energiek en ambitieus [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Lunch aan mijn bureau (of lunch niet) [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Vind het moeilijk niets te doen [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Kan overal en altijd werken [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Vind het moeilijk mezelf te vermaken [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Ontspan me onvoldoende [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Let onvoldoende op mijn gezondheid [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

Totaal per kolom. .x5= ... .x4=... .x3=.... .x2=... .x1=...

**TOTAAL VAN DE KOLOMMEN ...**

Frank R. Oomkes, *Training als beroep, deel 4, Meer Oefeningen*, Boom 2001, 2002, 2004