

Montag, 27. Juni 2005

### **workoholic**

Drei oder mehr ja-Anworten auf die folgenden Fragen bedeuten das Sie wahrscheinlich arbeitssüchtig sind: (Quelle `workoholic Anonymus: In: Arbeit als Weg, C. Whitmeyer , Spirti Fischer).

1. Haben Sie mehr Freude an ihrer Arbeit als an ihrer Familie oder an etwas anderem ?
2. Gibt es Zeiten , in denen die Arbeit Ihnen ganz leicht fällt, und andere Zeiten, wo Sie nichts schaffen ?
3. Nehmen Sie sich Arbeit mit ins Bett ? zum Wochenende ? in den Urlaub?
4. Sprechen Sie am liebsten oder am meisten über Ihre Arbeit ?
5. Arbeiten Sie mehr als 40 Stunden in der Woche ?
6. Machen Sie aus Ihren Hobby geldbringende Unternehmungen ?
7. Übernehmen Sie die volle Verantwortung für das Ergebnis ihrer Arbeit ?
8. Haben Ihre Verwandten und Freunde es aufgegeben, von Ihnen Pünktlichkeit zu erwarten ?
9. Übernehmen Sie zusätzliche Aufgaben, weil Sie befürchten , dass diese sonst unerledigt bleiben ?
10. Unterschätzen Sie die zeitliche Dauer eines Projektes und hetzen dann, damit es rechtzeitig fertig wird ?
11. Glauben Sie dass es in Ordnung ist, lange zu arbeiten , wenn man seine Arbeit gerne tut ?
12. Haben Sie wenig Geduld mit Menschen , die neben Ihrer Arbeit noch andere Prioritäten haben ?
13. Befürchten Sie , dass Sie Ihre Stelle verlieren oder versagen, wenn Sie nicht hart genug arbeiten ?
14. Machen Sie sich ständig Sorgen um die Zukunft, selbst wenn alles gut geht ?
15. Sind Sie voller Energie, und konkurrieren Sie bei allem , auch beim Spielen ?
16. Sind Sie gereizt, wenn man Sie bittet, mit Ihrer Arbeit aufzuhören und etwas anderes zu tun ?
17. Haben sich Ihre langen Arbeitszeiten negativ auf Ihre Familie und auf andere beziehungen ausgewirkt ?
18. Denken Sie an Ihre Arbeit, wenn Sie Auto fahren, beim Einschlafen oder wenn andere reden ?
19. Wenn Sie alleine für sich essen, arbeiten oder lesen sie dann dabei ?
20. Glauben Sie, dass mehr Geld die anderen Probleme in Ihrem Leben lösen wird ?

Geschrieben von Mag. Norbert Krennmair in Selbsthilfe um 18:21