TÜVRheinland®
Genau. Richtig.

Fragebogen Arbeitssucht (Mentzel, 1979):

	Ja	Nein
1. Arbeiten Sie heimlich (z.B. in der Freizeit, im Urlaub)?	☐	☐
2. Denken Sie häufig an Ihre Arbeit (z.B. wenn Sie nicht schlafen können)?	☐	☐
3. Arbeiten Sie hastig?	☐	☐
4. Haben Sie wegen Ihrer Arbeit Schuldgefühle?	☐	☐
5. Vermeiden Sie in Gesprächen Anspielungen auf Ihre Überarbeitung?	☐	☐
6. Haben Sie mit Beginn der Arbeit ein unwiderstehliches Verlangen weiterzuarbeiten?	☐	☐
7. Gebrauchen Sie Ausreden, warum Sie arbeiten?	☐	☐
8. Zeigen Sie ein besonders unduldsames, aggressives Verhalten gegenüber Ihrer Umwelt?	☐	☐
9. Versuchen Sie, periodenweise nicht zu arbeiten?	☐	☐
10. Neigen Sie zu innerer Zerknirschung und dauernden Schuldgefühlen wegen des Arbeitens?	☐	☐
11. Versuchen Sie, sich an ein Arbeitssystem zu halten (z.B. zu bestimmten Zeiten nicht zu arbeiten)?	☐	☐
12. Haben Sie häufiger den Arbeitsplatz oder das Arbeitsgebiet gewechselt?	☐	☐
13. Richten Sie Ihren gesamten Lebensstil auf die Arbeit aus?	☐	☐
14. Haben Sie bemerkt, dass Sie sich außer für die Arbeit für nichts mehr interessieren?	☐	☐
15. Zeigen Sie auffallendes Selbstmitleid?	☐	☐
16. Haben sich Veränderungen in Ihrem Familienleben ergeben?	☐	☐
17. Neigen Sie dazu, sich einen Vorrat an Arbeit zu sichern?	☐	☐
18. Vernachlässigen Sie Ihre Ernährung?	☐	☐
19. Arbeiten Sie regelmäßig am Abend?	☐	☐
20. Haben Sie mitunter Tage und Nächte durchgearbeitet?	☐	☐
21. Beobachten Sie einen moralischen Abbau an sich selber?	☐	☐
22. Führen Sie Arbeiten aus, die eigentlich unter Ihrem Niveau sind?	☐	☐
23. Wurde Ihre Arbeitsleistung geringer?	☐	☐
24. Wurde Ihnen das Arbeiten zum Zwang?	☐	☐
25. Wurden Sie wegen der Folgen Ihres Arbeitsstils schon einmal medizinisch und/oder psychologisch behandelt?	☐	☐

Dieser Fragebogen basiert auf einem diagnostischen Instrument zur Erfassung von Alkoholproblemen. Nach Auffassung des Autors (Mentzel, 1979) deuten 5 Ja-Antworten auf eine Arbeitssuchtgefährdung hin. Bei 10 oder mehr Ja-Antworten liegt eine Arbeitssuchtproblematik vor. Der diagnostische Aussagegehalt dieses Fragebogens ist jedoch nicht wissenschaftlich überprüft. Daher sollte das Instrument eher als Anregung zur Reflektion bestimmter Verhaltensmuster denn als hartes diagnostisches Messverfahren begriffen werden.