

Instrument zur Erfassung von Burnout (arbeitsbezogene Version) (BAT-W)

Die berufsbezogene Version des BAT ist ein Instrument zur Erfassung des Burnout-Ausmaßes bei Patient:innen, die derzeit berufstätig sind. Sie misst Erschöpfung, mentale Distanzierung von der Arbeit, kognitive und emotionale Beeinträchtigungen sowie begleitende Beschwerden.

Anzahl der Fragen	33 Fragen
Geschätzte Dauer	8 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Burnout Assessment Tool (Work-Related Version)
Zielgruppe	Berufstätige Erwachsene
Autor:innen	Wilmar B. Schaufeli, Hans De Witte, Steffie Desart; deutsche Adaptation: Jürgen Glaser, Christian Seubert (2020) (2019)
Kategorie	Burnout, Belastung am Arbeitsplatz

Vorschau der 33 Fragen

Bei der Arbeit fühle ich mich psychisch erschöpft

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Immer

Alles was ich bei der Arbeit tue, kostet mich große Mühe

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Immer

Nach einem Arbeitstag fällt es mir schwer mich zu erholen

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Immer

Bei der Arbeit fühle ich mich körperlich erschöpft

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Immer

Wenn ich morgens aufstehe, fehlt mir die Energie einen neuen Arbeitstag zu beginnen

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Immer

Der vollständige Fragebogen (33 Fragen) wird online auf Mentaal durchgeführt.

Diesen Fragebogen online durchführen

Senden Sie einen Link: Ihre Patient:innen antworten am Handy oder Computer, und Sie erhalten die ausgewerteten Ergebnisse per E-Mail.

Fragebogen auf mentaal.org ansehen

Auswertung und Interpretation

Automatische Auswertung mit Mentaal

Die ausgewerteten Ergebnisse werden Ihnen automatisch zugesendet, sobald Ihre Patient:innen den Fragebogen ausgefüllt haben. Hier ein Beispiel:

Auswertung

Kernsymptome

Erschöpfung: 3.25

Starke körperliche und psychische Müdigkeit, Schwierigkeiten, wieder zu Kräften zu kommen

● < 3.31 | ● 3.31 — 3.81 | ● ≥ 3.81

Psychische Distanz: 2.2

Innere Distanzierung von der Arbeit, Verlust von Interesse und Begeisterung

● < 2.5 | ● 2.5 — 3.1 | ● ≥ 3.1

Beeinträchtigte emotionale Kontrolle: 1.4

Schwierigkeiten, die eigenen Emotionen bei der Arbeit zu kontrollieren, Reizbarkeit, unverhältnismäßige Reaktionen

● < 2.1 | ● 2.1 — 3.5 | ● ≥ 3.5

Beeinträchtigte kognitive Kontrolle: 3.6

Konzentrations- und Gedächtnisprobleme, Schwierigkeiten, bei der Arbeit klar zu denken

● < 2.7 | ● 2.7 — 3.5 | ● ≥ 3.5

Gesamtwert: 2.7

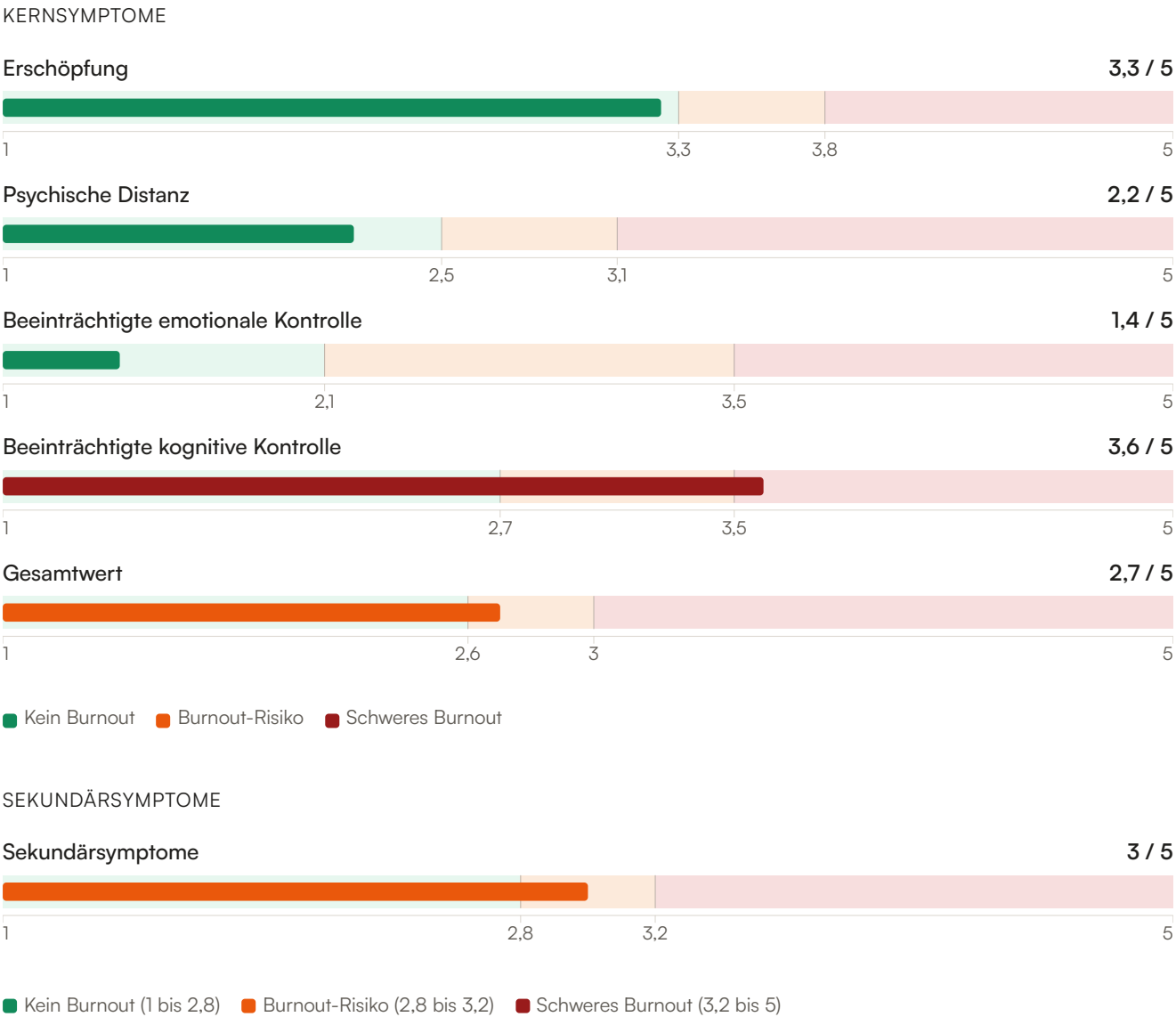
● < 2.59 | ● 2.59 — 3.02 | ● ≥ 3.02

Sekundärsymptome

Gesamtwert: 3

Psychische Beschwerden (Angst, Schlafprobleme) und psychosomatische Beschwerden (Schmerzen, Verspannungen)

● < 2.77 | ● 2.77 — 3.23 | ● ≥ 3.23



Die Antworten erfolgen auf einer Skala von 1 (Nie) bis 5 (Immer). Der Wert jeder Dimension ist der Mittelwert der zugehörigen Items.

Kernsymptome (23 Items): Erschöpfung (Items 1—8), psychische Distanz (Items 9—13), beeinträchtigte kognitive Kontrolle (Items 14—18) und beeinträchtigte emotionale Kontrolle (Items 19—23). Der Gesamtwert ist der Mittelwert der 23 Items.

Sekundärsymptome (10 Items): psychische Beschwerden (Items 24—28) und psychosomatische Beschwerden (Items 29—33). Diese beiden Dimensionen korrelieren hoch und werden gemeinsam als ein Wert interpretiert.

Interpretation: grüner Bereich = kein Burnout, orangefarbener Bereich = Burnout-Risiko, roter Bereich = schweres Burnout.

Die Mittelwerte der vier Kernsymptome werden berechnet, indem die Punkte aller Fragen eines Kernsymptoms addiert und durch die Anzahl der zu diesem Kernsymptom gehörenden Fragen geteilt werden. Die Werte je Dimension liegen

somit zwischen 1 und 5. Addiert man die Punkte der vier Kerndimensionen und teilt sie durch 23, erhält man den Gesamtwert, der ebenfalls zwischen 1 und 5 liegt. Dasselbe gilt für die 10 Sekundärsymptome.