BOS

Escala de Boreout (BOS)

La Escala de Boreout (BOS) mide la presencia de boreout, un concepto relacionado con el aburrimiento, la infraestimulación y la falta de retos en el entorno laboral. Evalúa la vivencia de un déficit de actividad o de interés en el trabajo que puede provocar malestar psicológico e insatisfacción laboral.

Número de preguntas	10 preguntas
Duración estimada	5 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Boreout Scale
Población destinataria	Adultos en activo
Autores	Philippe Rothlin, Peter R. Werder (2009)
Categoría	Malestar laboral

Vista previa de las 10 preguntas

Varias veces al mes:

¿Se ocupa de asuntos personales durante el trabajo?

Sí No

Varias veces al mes:

¿Se siente poco estimulado/a o aburrido/a?

Sí No

Varias veces al mes:

¿Finge a veces que trabaja cuando en realidad no tiene nada que hacer?

Sí No

Varias veces al mes:

¿Está cansado/a y agotado/a por la noche aunque no haya tenido ningún estrés?

Sí No

Varias veces al mes:

¿Está más bien descontento/a con su trabajo?

Sí No

Corrección e interpretación

Cada ítem se valora en una escala tipo Likert, generalmente de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Las puntuaciones totales altas indican un mayor nivel de boreout. No existe un punto de corte definido de forma estricta, pero pueden utilizarse percentiles para interpretar los niveles de riesgo.