

Outil d'évaluation du burnout (Version générale) (BAT-G)

Le BAT en version générale s'adresse aux patients en arrêt ou sans activité professionnelle, afin d'évaluer un état d'épuisement indépendamment du contexte de travail immédiat. Il explore les dimensions centrales du burn-out ainsi que les symptômes psychiques et psychosomatiques associés.

Nombre de questions	32 questions
Durée estimée	8 minutes
Langue	Français
Nom original	Burnout Assessment Tool (General Version)
Public cible	Adulte
Auteurs	Hans De Witte, Wouter Schaufeli, Dorien Huyghebaert (2019)
Catégorie	Burn-out

Aperçu des 32 questions

Je me sens épuisé/e mentalement

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours

Tout ce que je fais me demande beaucoup d'efforts

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours

Après une journée, il m'est difficile de retrouver mon énergie

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours

Je me sens épuisé physiquement

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours

Quand je me lève le matin, je manque d'énergie pour commencer une nouvelle journée

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Les réponses sont données sur une échelle de 1 (Jamais) à 5 (Toujours). Le score de chaque dimension correspond à la moyenne des items qui la composent.

Symptômes primaires (22 items) : Épuisement (items 1-8), Distance mentale (items 9-12), Dérèglement cognitif (items 13-17) et Dérèglement émotionnel (items 18-22). Le score total est la moyenne des 22 items.

Symptômes secondaires (10 items) : Plaintes psychiques (items 23-27) et psychosomatiques (items 28-32). Ces deux dimensions sont fortement corrélées et s'interprètent ensemble comme un score unique.

Interprétation : Zone verte = pas de burnout, zone orange = à risque, zone rouge = burnout sévère.

Les scores moyens des quatre symptômes principaux sont calculés en additionnant les points de toutes les questions d'un symptôme principal et en divisant le résultat obtenu par le nombre de questions lié à ce symptôme principal. Ceci signifie donc que la valeur des scores par dimension varie de 1 à 5. En additionnant les scores des quatre dimensions principales et en les divisant par 23, l'on obtient le score total qui se situe aussi entre 1 et 5. Il en va de même pour les 10 symptômes secondaires.

Exemple de cotation

Cotation

Symptômes primaires

Épuisement : 2.75
Fatigue physique et mentale intense, difficulté à récupérer son énergie
● < 3.06 | ● 3.06 — 3.31 | ● ≥ 3.31

Distance mentale : 3.25
Détachement psychologique, perte d'intérêt et d'enthousiasme pour les activités
● < 2.5 | ● 2.5 — 3.1 | ● ≥ 3.1

Dérèglement émotionnel : 3.2
Difficultés à contrôler ses émotions, irritabilité, réactions disproportionnées
● < 2.1 | ● 2.1 — 2.9 | ● ≥ 2.9

Dérèglement cognitif : **2.4**

Troubles de la concentration, de la mémoire et difficultés à penser clairement

● < 2.7 | ● 2.7 — 3.1 | ● ≥ 3.1

Score total : 2.86

● < 2.59 | ● 2.59 — 3.02 | ● ≥ 3.02

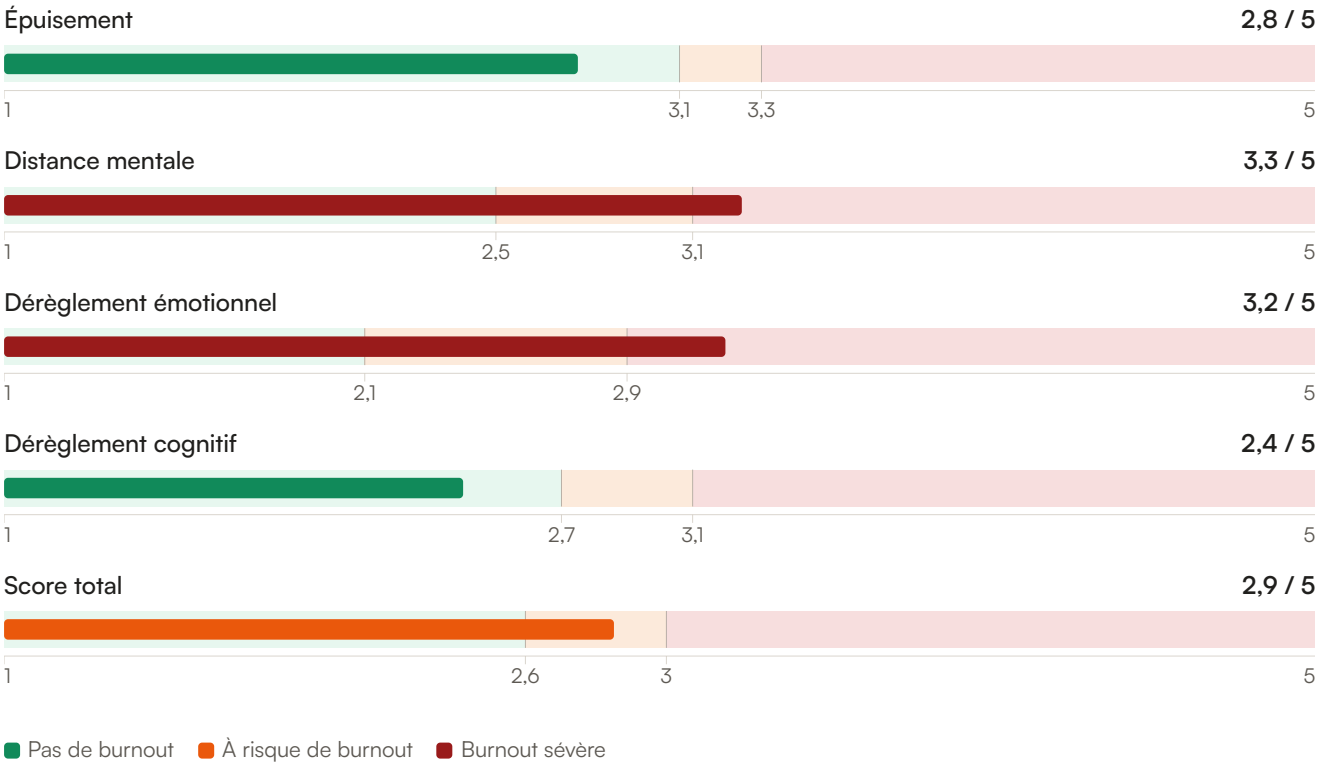
Symptômes secondaires

Score total : **2.6**

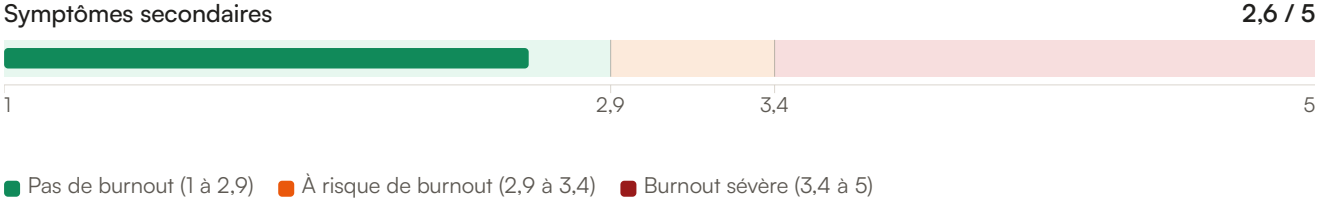
Plaintes psychiques (anxiété, troubles du sommeil) et psychosomatiques (douleurs, tensions)

● < 2.85 | ● 2.85 — 3.35 | ● ≥ 3.35

SYMPTÔMES PRIMAIRES



SYMPTÔMES SECONDAIRES



Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

“Mentaal est devenu un allié indispensable pour structurer mes évaluations et approfondir la compréhension clinique de mes patients.”

 Nolwenn P. - Psychologue TCC