

Outil d'évaluation du burnout (Version travail) (BAT-W)

Le BAT en version travail est un outil permettant d'évaluer le niveau de burn-out chez les patients actuellement en activité professionnelle. Il mesure l'épuisement, la distance mentale au travail, les difficultés cognitives et émotionnelles, ainsi que les plaintes associées.

Nombre de questions	33 questions
Durée estimée	8 minutes
Langue	Français
Nom original	Burnout Assessment Tool (Work-Related Version)
Public cible	Adulte en activité professionelle
Auteurs	Hans De Witte, Wouter Schaufeli, Dorien Huyghebaert (2019)
Catégorie	Burn-out, Souffrance liée au travail

Aperçu des 33 questions

Au travail, je me sens épuisé/e mentalement

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours

Tout ce que je fais au travail me demande beaucoup d'efforts

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours

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

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Toujours

Au travail, 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 de travail

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 (23 items) : Épuisement (items 1-8), Distance mentale (items 9-13), Dérèglement cognitif (items 14-18) et Dérèglement émotionnel (items 19-23). Le score total est la moyenne des 23 items.

Symptômes secondaires (10 items) : Plaintes psychiques (items 24-28) et psychosomatiques (items 29-33). 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 : 3.13
Fatigue physique et mentale intense, difficulté à récupérer son énergie
● < 3.31 | ● 3.31 — 3.81 | ● ≥ 3.81

Distance mentale : 1.8
Détachement psychologique vis-à-vis du travail, perte d'intérêt et d'enthousiasme
● < 2.5 | ● 2.5 — 3.1 | ● ≥ 3.1

Dérèglement émotionnel : 2.2
Difficultés à contrôler ses émotions au travail, irritabilité, réactions disproportionnées
● < 2.1 | ● 2.1 — 3.5 | ● ≥ 3.5

Dérèglement cognitif : **2.4**

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

● < 2.7 | ● 2.7 — 3.5 | ● ≥ 3.5

Score total : 2.48

● < 2.59 | ● 2.59 — 3.02 | ● ≥ 3.02

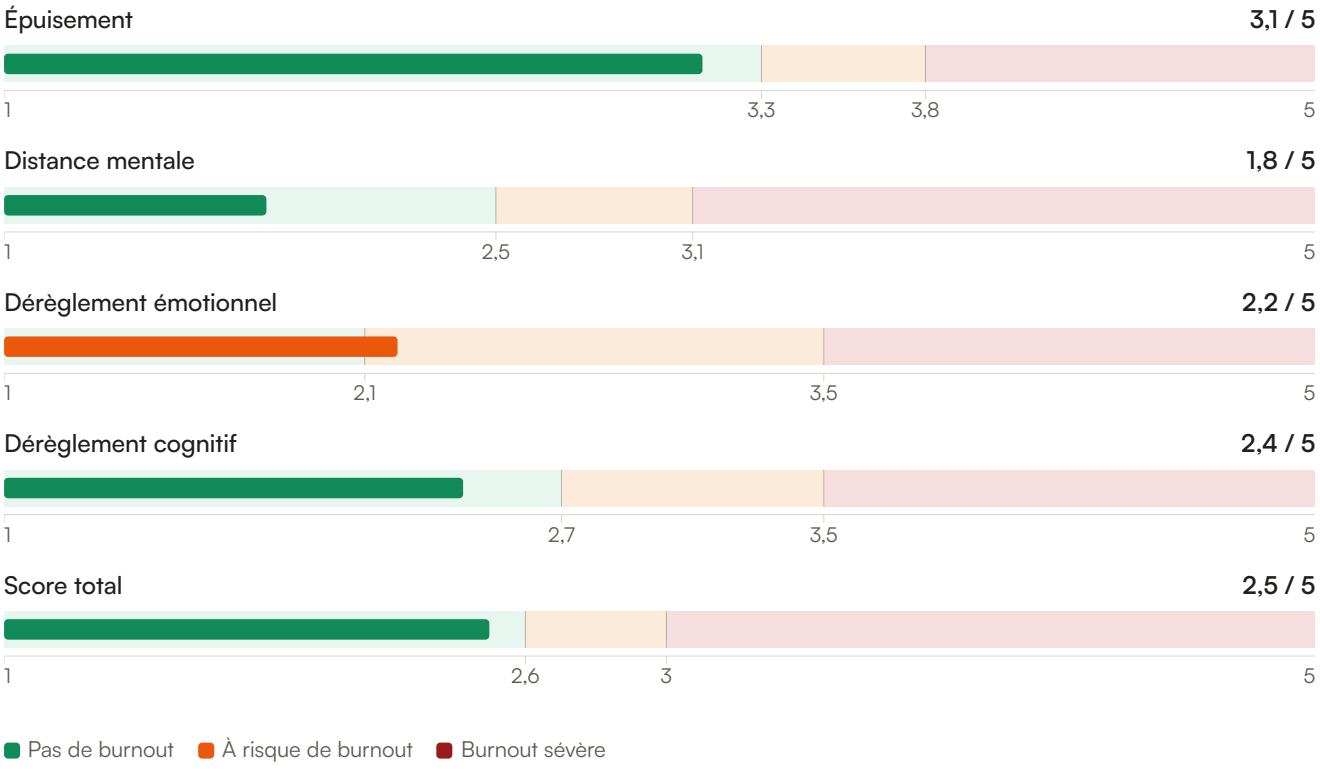
Symptômes secondaires

Score total : **3.3**

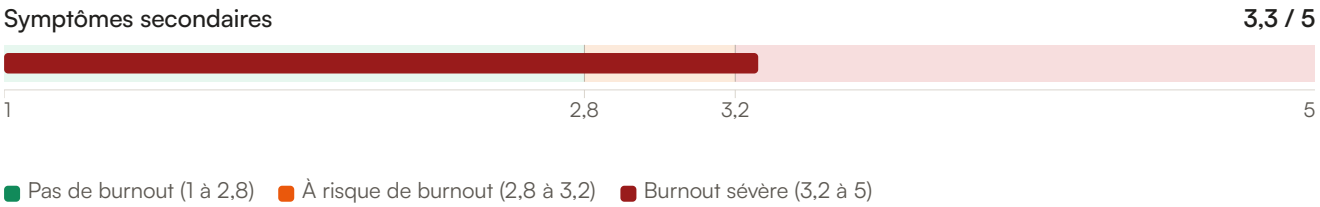
Plaintes psychiques (anxiété, troubles du sommeil) et psychosomatiques (douleurs, tensions)

● < 2.77 | ● 2.77 — 3.23 | ● ≥ 3.23

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

★★★★★

“J’utilise désormais la plateforme au quotidien tant elle s’avère complète, fiable et d’une grande simplicité d’utilisation.”

 Julie V. - Psychologue en ligne