

Strumento di valutazione del burnout (versione lavorativa) (BAT-W)

La versione lavorativa del BAT è uno strumento per valutare il livello di burnout nei pazienti che attualmente lavorano. Misura l'esaurimento, la distanza mentale dal lavoro, le difficoltà cognitive ed emotive e i disturbi associati.

Numero di domande	33 domande
Durata stimata	8 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Burnout Assessment Tool (Work-Related Version)
Destinatari	Adulti attualmente occupati
Autori	Wilmar B. Schaufeli, Hans De Witte, Steffie Desart (2020); adattamento italiano: Cristina Consiglio, Greta Mazzetti, Wilmar B. Schaufeli (2021) (2019)
Categoria	Burnout, Disagio lavorativo

Anteprima delle 33 domande

Al lavoro mi sento mentalmente esausto/a

Mai | Raramente | Qualche volta | Spesso | Sempre

Ogni cosa che faccio al lavoro mi richiede un grande sforzo

Mai | Raramente | Qualche volta | Spesso | Sempre

Dopo una giornata di lavoro, per me è difficile recuperare le energie

Mai | Raramente | Qualche volta | Spesso | Sempre

Al lavoro mi sento fisicamente esausto/a

Mai | Raramente | Qualche volta | Spesso | Sempre

La mattina, quando mi alzo, mi mancano le energie per cominciare una nuova giornata di lavoro

Mai | Raramente | Qualche volta | Spesso | Sempre

Il questionario completo (33 domande) si somministra online su Mentaal.

Somministra questo questionario online

Invia un link al tuo paziente: risponde dal telefono o dal computer e ricevi i risultati con i punteggi via email.

Vedi il questionario su mentaal.org

Scoring e interpretazione

Scoring automatico con Mentaal

I risultati con i punteggi ti verranno inviati automaticamente non appena il tuo paziente avrà completato il questionario. Ecco un esempio:

Scoring

Sintomi primari

Esaurimento: 4

Intensa stanchezza fisica e mentale, difficoltà a recuperare le energie

● < 3.31 | ● 3.31 — 3.81 | ● ≥ 3.81

Distanza mentale: 2.4

Distacco psicologico dal lavoro, perdita di interesse e di entusiasmo

● < 2.5 | ● 2.5 — 3.1 | ● ≥ 3.1

Perdita di controllo emotivo: 2.6

Difficoltà a controllare le proprie emozioni al lavoro, irritabilità, reazioni sproporzionate

● < 2.1 | ● 2.1 — 3.5 | ● ≥ 3.5

Perdita di controllo cognitivo: 3.4

Problemi di concentrazione e di memoria, difficoltà a pensare con lucidità al lavoro

● < 2.7 | ● 2.7 — 3.5 | ● ≥ 3.5

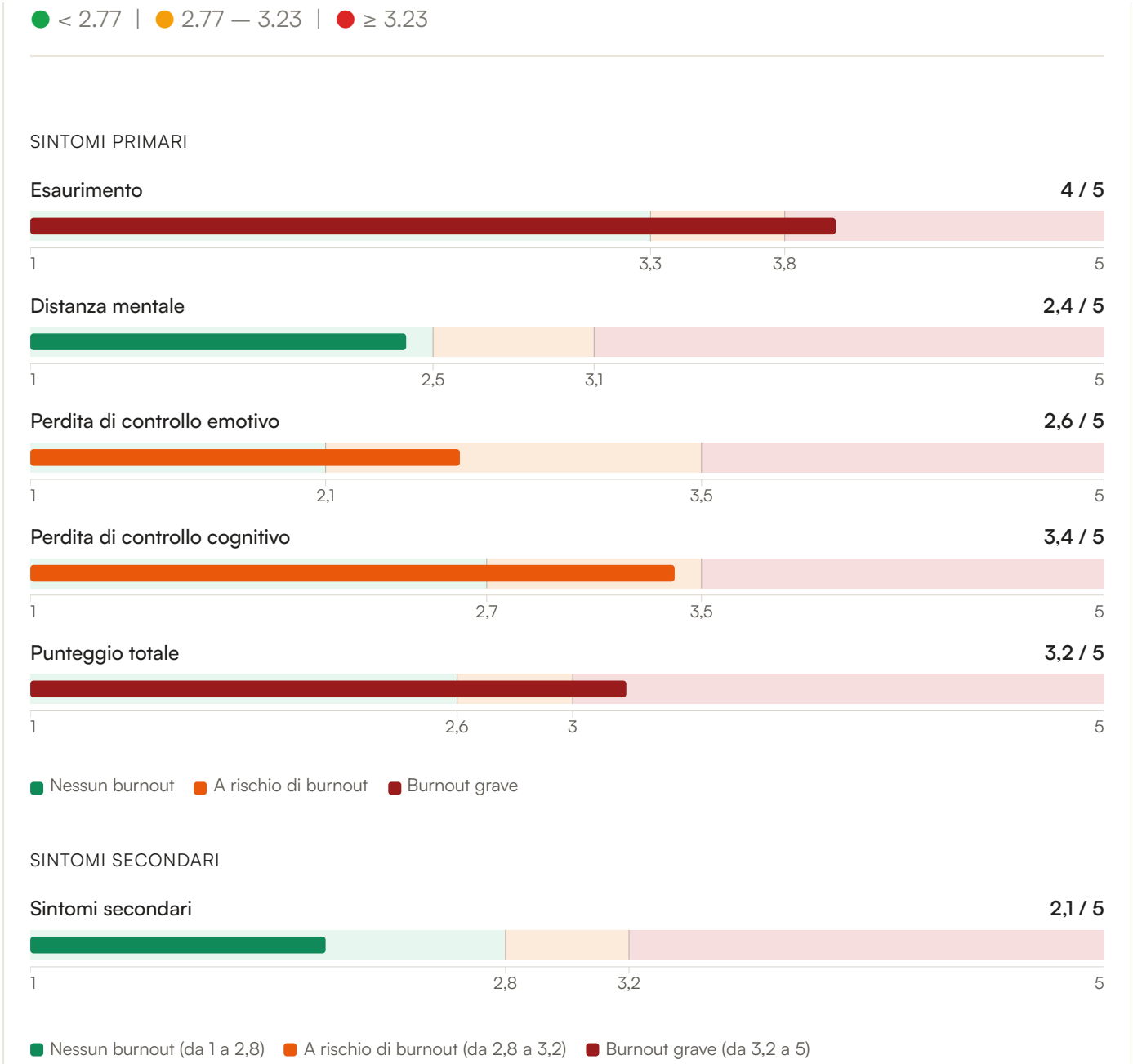
Punteggio totale: 3.22

● < 2.59 | ● 2.59 — 3.02 | ● ≥ 3.02

Sintomi secondari

Punteggio totale: 2.1

Disturbi psicologici (ansia, disturbi del sonno) e disturbi psicosomatici (dolori, tensioni)



Le risposte si danno su una scala da 1 (Mai) a 5 (Sempre). Il punteggio di ciascuna dimensione è la media degli item che la compongono.

Sintomi principali (23 item): Esaurimento (item 1-8), Distanza mentale (item 9-13), Perdita di controllo cognitivo (item 14-18) e Perdita di controllo emotivo (item 19-23). Il punteggio totale è la media dei 23 item.

Sintomi secondari (10 item): Disturbi psicologici (item 24-28) e disturbi psicosomatici (item 29-33). Queste due dimensioni sono fortemente correlate e vengono interpretate insieme come un unico punteggio.

Interpretazione: zona verde = assenza di burnout, zona arancione = a rischio, zona rossa = burnout grave.

I punteggi medi dei quattro sintomi principali si calcolano sommando i punti di tutte le domande di un sintomo principale e dividendo il risultato per il numero di domande relative a quel sintomo. I punteggi per dimensione vanno quindi da 1 a 5. Sommando i punti dei 23 item dei sintomi principali e dividendo il risultato per 23 si ottiene il punteggio totale, anch'esso compreso tra 1 e 5. Lo stesso vale per i 10 sintomi secondari.