PBA

Valutazione del burnout genitoriale (PBA)

Il PBA è un questionario di autovalutazione che permette di individuare e misurare il burnout genitoriale in madri e padri. Esplora quattro dimensioni clinicamente centrali della sindrome: l'esaurimento nel proprio ruolo di genitore, il contrasto con il genitore che si era prima, il senso di saturazione nel proprio ruolo di genitore e la distanza emotiva dai figli. Il formato breve, la buona validità psicometrica e la disponibilità di riferimenti clinici ne fanno uno strumento utile per lo screening, la valutazione iniziale, il monitoraggio dei progressi e la ricerca. Aiuta a oggettivare l'intensità del burnout genitoriale, ma non va usato da solo per formulare una diagnosi senza un colloquio clinico e un'analisi del contesto familiare.

Numero di domande	23 domande
Durata stimata	5 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Parental Burnout Assessment
Destinatari	Genitori
Autori	Isabelle Roskam, Maria Elena Brianda, Moïra Mikolajczak (2018)
Categoria	Burnout, Genitorialità

Anteprima delle 23 domande

Sono così stanco/a del mio ruolo di genitore che dormire non mi sembra abbastanza.

Mai | Alcune volte l'anno o meno | Una volta al mese o meno | Alcune volte al mese | Una volta alla settimana | Alcune volte alla settimana | Ogni giorno

Mi sento come se avessi perso la strada come papà/mamma.

Mai | Alcune volte l'anno o meno | Una volta al mese o meno | Alcune volte al mese | Una volta alla settimana | Alcune volte alla settimana | Ogni giorno

Mi sento completamente sfinito/a dal mio ruolo di genitore.

Mai | Alcune volte l'anno o meno | Una volta al mese o meno | Alcune volte al mese | Una volta alla settimana | Alcune volte alla settimana | Ogni giorno

Non ho più alcuna energia per occuparmi di mio figlio/miei figli.

Mai | Alcune volte l'anno o meno | Una volta al mese o meno | Alcune volte al mese | Una volta alla settimana | Alcune volte alla settimana | Ogni giorno

Non credo di essere il buon padre/la buona madre che ero per mio figlio/miei figli.

Mai | Alcune volte l'anno o meno | Una volta al mese o meno | Alcune volte al mese | Una volta alla settimana | Alcune volte alla settimana | Ogni giorno

Scoring e interpretazione

Ogni item viene valutato da 0 a 6 in base alla frequenza con cui viene vissuto, da mai a ogni giorno. Non ci sono item a punteggio invertito. Il punteggio totale è la somma delle 23 risposte e va da 0 a 138. Si possono calcolare anche quattro sottopunteggi: esaurimento, contrasto, saturazione nel ruolo genitoriale e distanza emotiva. Più alto è il punteggio, più elevato è il livello di burnout genitoriale. Nella pratica, un punteggio totale superiore a 53 suggerisce un rischio clinicamente significativo che richiede una valutazione approfondita, e un punteggio superiore a 86 è compatibile con un burnout genitoriale grave o probabile. I cut-off orientano lo screening e il monitoraggio senza sostituire il giudizio clinico.