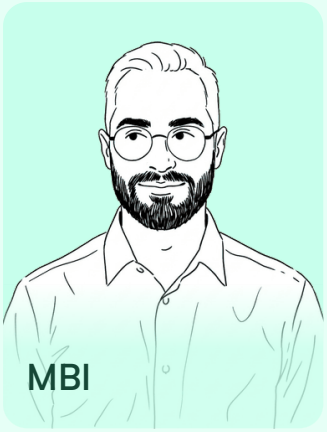


Maslachs kartleggingsskjema for utbrenthet (MBI)

Maslachs kartleggingsskjema for utbrenthet (MBI) måler yrkesrelatert utbrenthet og fokuserer på tre dimensjoner: emosjonell utmattelse, depersonalisering og personlig mestring. Det er et mye brukt verktøy for å diagnostisere og vurdere utbrenthet hos arbeidstakere.

Antall spørsmål	22 spørsmål
Estimert tid	5 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Maslach Burnout Inventory
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Christina Maslach, Susan E. Jackson, Michael P. Leiter (1981)
Kategori	Utbrenthet

Forhåndsvisning av de 22 spørsmålene

Arbeidet mitt gjør meg følelsesmessig utmattet

Aldri | Minst noen få ganger i året | Minst én gang i måneden | Noen få ganger i måneden | Én gang i uken | Noen få ganger i uken | Hver dag

Jeg føler meg utslitt ved slutten av arbeidsdagen

Aldri | Minst noen få ganger i året | Minst én gang i måneden | Noen få ganger i måneden | Én gang i uken | Noen få ganger i uken | Hver dag

Jeg føler meg trøtt når jeg står opp om morgenen og har en ny arbeidsdag foran meg

Aldri | Minst noen få ganger i året | Minst én gang i måneden | Noen få ganger i måneden | Én gang i uken | Noen få ganger i uken | Hver dag

Jeg forstår lett hva klientene* mine føler

*«Klient» skal forstås bredt, som enhver arbeidsrelasjon (pasienter, kolleger osv.)

Aldri | Minst noen få ganger i året | Minst én gang i måneden | Noen få ganger i måneden | Én gang i uken | Noen få ganger i uken | Hver dag

Jeg føler at jeg behandler noen klienter* upersonlig, som om de var objekter

*«Klient» skal forstås bredt, som enhver arbeidsrelasjon (pasienter, kolleger osv.)

Aldri | Minst noen få ganger i året | Minst én gang i måneden | Noen få ganger i måneden | Én gang i uken | Noen få ganger i uken | Hver dag

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Svarene gis på en 7-punkts Likert-skala, fra «Aldri» (0) til «Hver dag» (6). Hver dimensjon beregnes for seg. Skårene brukes deretter til å vurdere graden av utmattelse, depersonalisering og personlig mestring.

Bruk

Dette verktøyet er ikke tilgjengelig på Mentaal. For å bruke dette spørreskjemaet i praksisen din må du ha en gyldig lisens. Vi anbefaler at du sender det direkte fra utgiverens nettsted.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

"Det er et virkelig pluss i timene når jeg skal vurdere pasienten, og et svært rikt grunnlag for samtaler som utdyper det kliniske arbeidet."

 Ingrid M. - KAT-psykolog