SBI

Kartleggingsskjema for skoleutbrenthet (SBI)

Kartleggingsskjema for skoleutbrenthet (SBI) er et selvrapporteringsskjema som kartlegger hvor utbrente elever føler seg i forbindelse med skolesituasjonen. Det måler spesifikt symptomer på utmattelse, kynisme overfor skolen og følelse av inkompetanse, tilpasset skolekonteksten. Det gjør det mulig for psykologer å identifisere elever med høyt skolestress, slik at forebyggende tiltak mot skoleutbrenthet kan målrettes.

Antall spørsmål	9 spørsmål
Estimert tid	5 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	School Burnout Inventory
Målgruppe	Ungdom, elever i videregående skole
Forfattere	Katariina Salmela-Aro, Kaisa E. Näätänen (2004)
Kategori	Ungdom, Barn

Forhåndsvisning av de 9 spørsmålene

Jeg føler meg overveldet av skolearbeidet

Helt usant | Delvis usant | Litt usant | Litt sant | Delvis sant | Helt sant

Jeg mangler motivasjon for skolearbeidet og tenker ofte på å gi opp

Helt usant | Delvis usant | Litt usant | Litt sant | Delvis sant | Helt sant

Jeg føler meg ofte utilstrekkelig når det gjelder skolearbeidet

Helt usant | Delvis usant | Litt usant | Litt sant | Delvis sant | Helt sant

Jeg sover ofte dårlig på grunn av ting som har med skolearbeidet å gjøre

Helt usant | Delvis usant | Litt usant | Litt sant | Delvis sant | Helt sant

Jeg er i ferd med å miste interessen for skolearbeidet

Helt usant	Delvis usant	Litt usant	Litt sant	Delvis sant	Helt sant

Skåring og tolkning

Hvert ledd vurderes på en Likert-skala med 6 punkter (fra 1 = helt uenig til 6 = helt enig). Totalskåren fremkommer ved å summere svarene, og det kan beregnes skårer for tre deldimensjoner: utmattelse, kynisme og følelse av utilstrekkelighet. Spesifikke cut-off-verdier gjør det mulig å vurdere risikonivået for skoleutbrenthet.