

Burn-outmeetinstrument (werkversie) (BAT-W)

De werkversie van de BAT is een instrument om de mate van burn-out te beoordelen bij patiënten die op dit moment werken. Het meet uitputting, mentale distantie tot het werk, cognitieve en emotionele ontregeling en bijkomende klachten.

Aantal vragen	33 vragen
Geschatte duur	8 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Burnout Assessment Tool (Work-Related Version)
Doelgroep	Werkende volwassenen
Auteurs	Wilmar B. Schaufeli, Hans De Witte, Steffie Desart (oorspronkelijke Nederlandstalige versie, 2019) (2019)
Categorie	Burn-out, Werkgerelateerde klachten

Voorbeeld van de 33 vragen

Op het werk voel ik me geestelijk uitgeput

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Altijd

Alles wat ik doe op mijn werk, kost mij moeite

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Altijd

Ik raak maar niet uitgerust nadat ik gewerkt heb

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Altijd

Op het werk voel ik me lichamelijk uitgeput

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Altijd

Als ik 's morgens opsta, mis ik de energie om aan de werkdag te beginnen

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Altijd

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

De antwoorden worden gegeven op een schaal van 1 (Nooit) tot 5 (Altijd). De score per dimensie is het gemiddelde van de items waaruit die dimensie bestaat.

Kernsymptomen (23 items): uitputting (items 1-8), mentale distantie (items 9-13), cognitieve ontregeling (items 14-18) en emotionele ontregeling (items 19-23). De totaalscore is het gemiddelde van de 23 items.

Secundaire klachten (10 items): psychische klachten (items 24-28) en psychosomatische klachten (items 29-33). Deze twee dimensies hangen sterk samen en worden samen als één score geïnterpreteerd.

Interpretatie: groene zone = geen burn-out, oranje zone = risico op burn-out, rode zone = ernstige burn-out.

De gemiddelde scores van de vier kernsymptomen worden berekend door de punten van alle vragen van een kernsymptoom op te tellen en het resultaat te delen door het aantal vragen van dat kernsymptoom. De scores per dimensie liggen dus tussen 1 en 5. Door de scores van de vier kerndimensies op te tellen en te delen door 23, krijg je de totaalscore, die eveneens tussen 1 en 5 ligt. Hetzelfde geldt voor de 10 secundaire symptomen.

Voorbeeld van scoring

Scoring

Kernsymptomen

Uitputting: 3.38
Sterke lichamelijke en mentale vermoeidheid, moeite om weer op krachten te komen
● < 3.31 | ● 3.31 — 3.81 | ● ≥ 3.81

Mentale distantie: 2.2
Psychische afstand tot het werk, verlies van interesse en enthousiasme
● < 2.5 | ● 2.5 — 3.1 | ● ≥ 3.1

Emotionele ontregeling: 2.4
Moeite om de eigen emoties op het werk te beheersen, prikkelbaarheid, buitensporige reacties
● < 2.1 | ● 2.1 — 3.5 | ● ≥ 3.5

Cognitieve ontregeling: 2.4

Concentratie- en geheugenproblemen, moeite om helder na te denken op het werk

● < 2.7 | ● 2.7 — 3.5 | ● ≥ 3.5

Totaalscore: 2.7

● < 2.59 | ● 2.59 — 3.02 | ● ≥ 3.02

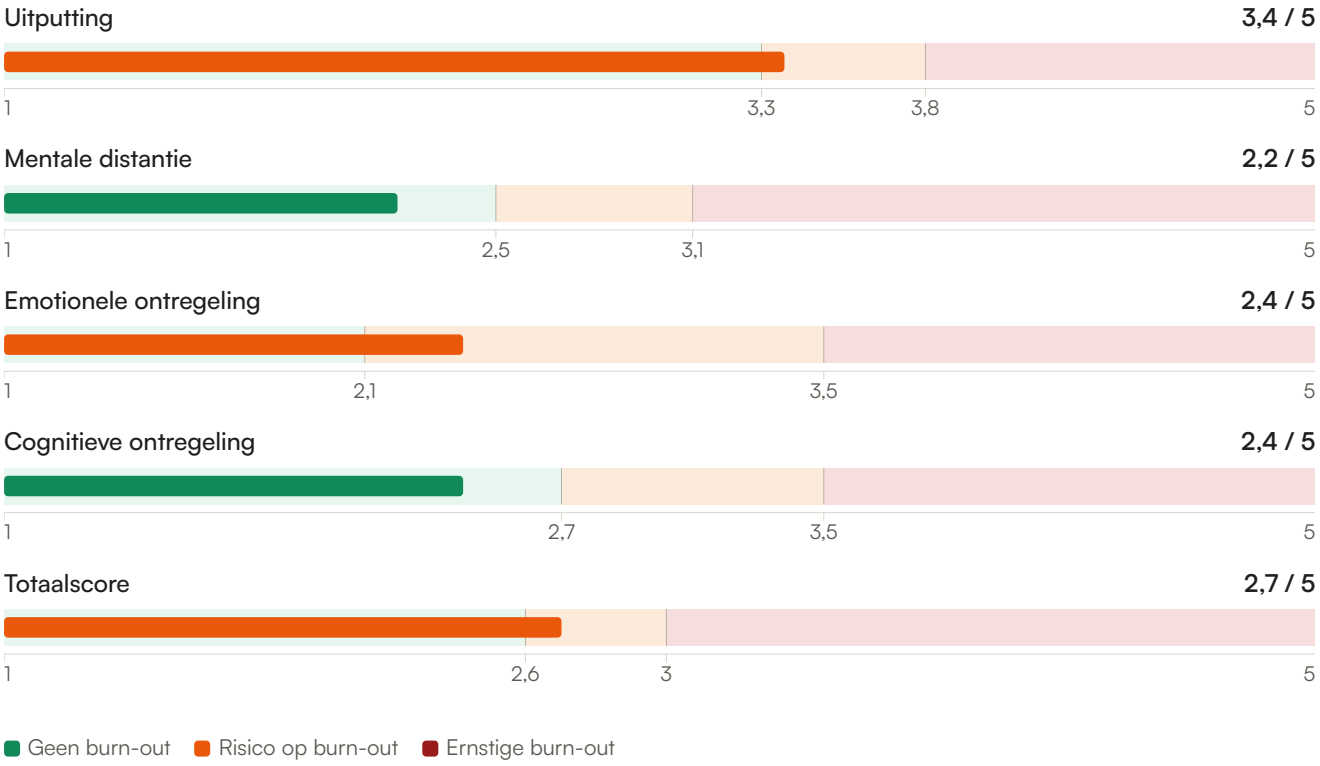
Secundaire klachten

Totaalscore: 2.4

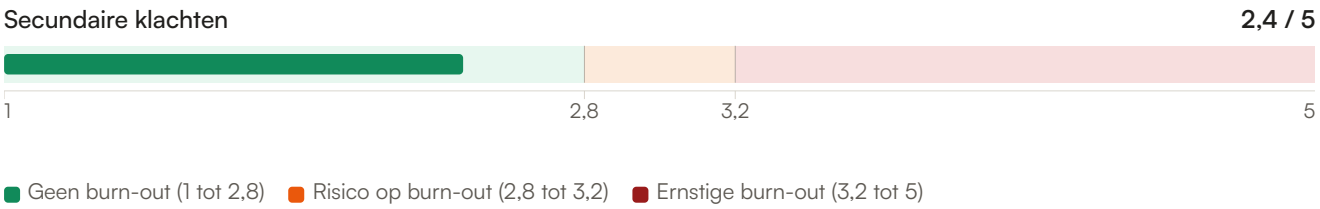
Psychische klachten (angst, slaapproblemen) en psychosomatische klachten (pijn, spanning)

● < 2.77 | ● 2.77 — 3.23 | ● ≥ 3.23

KERNSYMPTOMEN



SECUNDAIRE KLACHTEN



Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Eerst was ik sceptisch, maar inmiddels kan ik deze tool in mijn praktijk niet meer missen.”

 Elodie C. - Psycholoog (CGT)