OLBI

Oldenburgse burn-outinventaris (OLBI)

De OLBI is een zelfrapportage-instrument dat twee hoofddimensies van burn-out meet: uitputting (emotioneel, lichamelijk, cognitief) en distantie ten opzichte van het werk. Anders dan de MBI is de OLBI niet beperkt tot zorgberoepen en bevat hij geen expliciete verwijzingen naar werken met andere mensen. Het instrument staat bekend om zijn validiteit en wordt in uiteenlopende beroepscontexten gebruikt.

Aantal vragen	16 vragen
Geschatte duur	10 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Oldenburg Burnout Inventory
Doelgroep	Werkende volwassenen
Auteurs	Evangelia Demerouti, Dieter Nachreiner (2003)
Categorie	Burn-out

Voorbeeld van de 16 vragen

Ik ontdek steeds nieuwe en interessante aspecten in mijn werk.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Mee eens | Helemaal mee eens

Er zijn dagen dat ik me al moe voel voordat ik op mijn werk aankom.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Mee eens | Helemaal mee eens

Het gebeurt steeds vaker dat ik negatief over mijn werk praat.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Mee eens | Helemaal mee eens

Na het werk heb ik meer tijd dan vroeger nodig om te ontspannen en me beter te voelen.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Mee eens | Helemaal mee eens

Ik kan de druk van mijn werk heel goed aan.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Mee eens | Helemaal mee eens

Scoring en interpretatie

De OLBI bestaat uit twee subschalen: uitputting (8 items) en distantie (8 items). De items worden beoordeeld op een Likertschaal van 1 (helemaal oneens) tot 4 (helemaal eens). Sommige items worden omgekeerd gescoord. De scores worden per subschaal opgeteld; hoge scores wijzen op een sterkere mate van burn-out.