SBI

# Inventaris van schoolburn-out (SBI)

De SBI is een zelfrapportagevragenlijst om te beoordelen in welke mate leerlingen burn-out ervaren in relatie tot hun schoolervaring. De vragenlijst meet specifiek symptomen van uitputting, cynisme ten opzichte van school en gevoelens van incompetentie, toegespitst op de schoolcontext. Psychologen kunnen er leerlingen met veel schoolstress mee opsporen, zodat interventies ter preventie van schoolburn-out gericht kunnen worden ingezet.

| | |
|---|---|
| Aantal vragen | 9 vragen |
| Geschatte duur | 5 minuten |
| Taal | Nederlands |
| Oorspronkelijke naam | School Burnout Inventory |
| Doelgroep | Adolescenten, scholieren |
| Auteurs | Katariina Salmela-Aro, Kaisa E. Näätänen (2004) |
| Categorie | Adolescenten, Kinderen |

## Voorbeeld van de 9 vragen

Ik word overspoeld door mijn schoolwerk

Helemaal onwaar | Deels onwaar | Enigszins onwaar | Enigszins waar | Deels waar | Helemaal waar

Ik heb weinig motivatie voor mijn schoolwerk en denk er vaak aan om ermee te stoppen

Helemaal onwaar | Deels onwaar | Enigszins onwaar | Enigszins waar | Deels waar | Helemaal waar

Ik heb vaak het gevoel dat ik tekortschiet als het om mijn schoolwerk gaat

Helemaal onwaar | Deels onwaar | Enigszins onwaar | Enigszins waar | Deels waar | Helemaal waar

Ik slaap vaak slecht door zaken die met mijn schoolwerk te maken hebben

Helemaal onwaar | Deels onwaar | Enigszins onwaar | Enigszins waar | Deels waar | Helemaal waar

Ik verlies mijn interesse in mijn schoolwerk

| Helemaal onwaar | Deels onwaar | Enigszins onwaar | Enigszins waar | Deels waar | Helemaal waar |
|---|---|---|---|---|---|

### 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

Elk item wordt beoordeeld op een Likertschaal met 6 punten (van 1 = helemaal oneens tot 6 = helemaal eens). De totaalscore is de som van de antwoorden; daarnaast kunnen scores worden berekend voor drie subdimensies: uitputting, cynisme en gevoel van tekortschieten. Specifieke afkapwaarden maken het mogelijk het risico op schoolburn-out in te schatten.


## 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

★★★★★

“Het is een echte meerwaarde in de sessies om de patiënt in kaart te brengen, en een heel rijke basis voor het gesprek om klinisch de diepte in te gaan.”

Elodie C. - Psycholoog (CGT)