CBI

Kopenhaski inwentarz wypalenia zawodowego (CBI)

Kopenhaski inwentarz wypalenia zawodowego (CBI) to narzędzie samoopisowe mierzące poziom wypalenia w trzech wymiarach: wypalenia osobistego, wypalenia związanego z pracą oraz wypalenia związanego z klientami lub pacjentami. Pozwala określić obecność i nasilenie wypalenia u profesjonalistów, aby lepiej ukierunkować interwencje i profilaktykę.

Liczba pytań	19 pytań
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Copenhagen Burnout Inventory
Grupa docelowa	Dorośli, pracownicy, personel medyczny
Autorzy	Kristensen TS, Borritz M, Villadsen E, Christensen KB (2005)
Kategoria	Wypalenie zawodowe

Podgląd 19 pytań

Jak często czuje się Pan/Pani zmęczony(-a)?

Zawsze | Często | Czasami | Rzadko | Nigdy lub prawie nigdy

Jak często jest Pan/Pani wyczerpany(-a) fizycznie?

Zawsze | Często | Czasami | Rzadko | Nigdy lub prawie nigdy

Jak często jest Pan/Pani wyczerpany(-a) emocjonalnie?

Zawsze | Często | Czasami | Rzadko | Nigdy lub prawie nigdy

Jak często myśli Pan/Pani: „Nie mogę już tego znieść”?

Zawsze | Często | Czasami | Rzadko | Nigdy lub prawie nigdy

Jak często czuje się Pan/Pani wykończony(-a)?

Zawsze | Często | Czasami | Rzadko | Nigdy lub prawie nigdy

Obliczanie wyników i interpretacja

Każde pytanie punktuje się na skali od 0 do 100: „Zawsze” (100), „Często” (75), „Czasami” (50), „Rzadko” (25), „Nigdy/prawie nigdy” (0). Dla każdego wymiaru oblicza się średnią z należących do niego pozycji. Wysokie wyniki wskazują na wyższy poziom wypalenia w danym wymiarze.