OLBI

Oldenburski kwestionariusz wypalenia zawodowego (OLBI)

Oldenburski kwestionariusz wypalenia zawodowego (OLBI) to narzędzie samoopisowe służące do pomiaru dwóch głównych wymiarów wypalenia: wyczerpania (emocjonalnego, fizycznego, poznawczego) oraz braku zaangażowania w pracę. W przeciwieństwie do MBI nie ogranicza się do zawodów związanych z ochroną zdrowia i nie zawiera wyraźnych odniesień do pracy z innymi ludźmi. Jest ceniony za trafność i stosowany w różnych środowiskach zawodowych.

Liczba pytań	16 pytań
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Oldenburg Burnout Inventory
Grupa docelowa	Dorośli pracujący
Autorzy	Evangelia Demerouti, Dieter Nachreiner (2003)
Kategoria	Wypalenie zawodowe

Podgląd 16 pytań

Zawsze odnajduję nowe i interesujące aspekty mojej pracy

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

Są dni, kiedy już przed pracą czuję się zmęczony(a)

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

Coraz częściej zdarza się, że mówię o mojej pracy w negatywny sposób

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

Po pracy zwykle potrzebuję więcej czasu niż kiedyś, aby się zrelaksować i wrócić do formy

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

Dość dobrze znoszę presję związaną z moją pracą

Zdecydowanie się nie zgadzam | Nie zgadzam się | Zgadzam się | Zdecydowanie się zgadzam

Obliczanie wyników i interpretacja

OLBI obejmuje dwie podskale: wyczerpanie (8 pozycji) i brak zaangażowania (8 pozycji). Pozycje ocenia się na skali typu Likerta od 1 (zdecydowanie się nie zgadzam) do 4 (zdecydowanie się zgadzam). Niektóre pozycje punktuje się odwrotnie. Punkty sumuje się w obrębie podskal; wysokie wyniki wskazują na bardziej nasilone wypalenie.