CBI

Inventário de burnout de Copenhaga (CBI)

O CBI é um instrumento de autorresposta que mede o nível de burnout em três dimensões: burnout pessoal, burnout relacionado com o trabalho e burnout relacionado com os clientes ou pacientes. Identifica a presença e a gravidade do burnout nos profissionais, de modo a direcionar melhor as intervenções e a prevenção.

Número de perguntas	19 perguntas
Duração estimada	10 minutos
Idioma	Português
Nome original	Copenhagen Burnout Inventory
Público-alvo	Adultos, trabalhadores ou profissionais de saúde
Autores	Kristensen TS, Borritz M, Villadsen E, Christensen KB (2005)
Categoria	Burnout

Pré-visualização das 19 perguntas

Com que frequência se sente cansado/a?

Sempre | Frequentemente | Às vezes | Raramente | Nunca/quase nunca

Com que frequência se sente fisicamente exausto/a?

Sempre | Frequentemente | Às vezes | Raramente | Nunca/quase nunca

Com que frequência se sente emocionalmente exausto/a?

Sempre | Frequentemente | Às vezes | Raramente | Nunca/quase nunca

Com que frequência pensa: «Não aguento mais»?

Sempre | Frequentemente | Às vezes | Raramente | Nunca/quase nunca

Com que frequência se sente esgotado/a?

Sempre | Frequentemente | Às vezes | Raramente | Nunca/quase nunca

Cotação e interpretação

Cada pergunta é cotada numa escala de 0 a 100: «Sempre» (100), «Frequentemente» (75), «Às vezes» (50), «Raramente» (25), «Nunca/quase nunca» (0). Para cada subdomínio, calcula-se a média dos respetivos itens. Pontuações elevadas indicam um nível de burnout mais elevado na dimensão em causa.