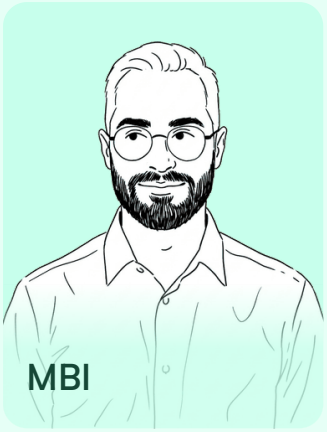


Inventário de burnout de Maslach (MBI)

O Inventário de burnout de Maslach (MBI) avalia o esgotamento profissional, centrando-se em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal. É um instrumento frequentemente utilizado para diagnosticar e avaliar o burnout nos trabalhadores.

Número de perguntas	22 perguntas
Duração estimada	5 minutos
Idioma	Português
Nome original	Maslach Burnout Inventory
Público-alvo	Adultos
Autores	Christina Maslach, Susan E. Jackson, Michael P. Leiter (1981)
Categoria	Burnout

Pré-visualização das 22 perguntas

O meu trabalho deixa-me emocionalmente esgotado/a

Nunca | Pelo menos algumas vezes por ano | Pelo menos uma vez por mês | Algumas vezes por mês | Uma vez por semana | Algumas vezes por semana | Todos os dias

Sinto-me exausto/a no fim do meu dia de trabalho

Nunca | Pelo menos algumas vezes por ano | Pelo menos uma vez por mês | Algumas vezes por mês | Uma vez por semana | Algumas vezes por semana | Todos os dias

Sinto-me cansado/a quando me levanto de manhã e tenho de enfrentar mais um dia de trabalho

Nunca | Pelo menos algumas vezes por ano | Pelo menos uma vez por mês | Algumas vezes por mês | Uma vez por semana | Algumas vezes por semana | Todos os dias

Consigo compreender facilmente o que os meus clientes* sentem

«Cliente» deve ser entendido em sentido lato, como qualquer relação profissional (pacientes, colegas, etc.)

Nunca | Pelo menos algumas vezes por ano | Pelo menos uma vez por mês | Algumas vezes por mês | Uma vez por semana | Algumas vezes por semana | Todos os dias

Sinto que trato alguns clientes* de forma impessoal, como se fossem objetos

«Cliente» deve ser entendido em sentido lato, como qualquer relação profissional (pacientes, colegas, etc.)

Nunca | Pelo menos algumas vezes por ano | Pelo menos uma vez por mês | Algumas vezes por mês | Uma vez por semana | Algumas vezes por semana | Todos os dias

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

Cotação e interpretação

As respostas são dadas numa escala de Likert de 7 pontos, de «Nunca» (0) a «Todos os dias» (6). Cada dimensão é calculada separadamente. As pontuações são depois utilizadas para avaliar o nível de exaustão, de despersonalização e de realização pessoal.

Utilização

Este instrumento não está disponível no Mentaal. Para utilizar este questionário na sua prática, tem de dispor de uma licença de utilização válida. Convidamo-lo a enviá-lo diretamente a partir do site do editor.

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente

Ver todos os questionários

★★★★★

“Avaliações fiáveis e pertinentes para compreender melhor o estado psicológico dos meus pacientes”



Tiago S. - Psicólogo do trabalho