SBI

Inventário de burnout escolar (SBI)

O SBI é um questionário de autorresposta concebido para avaliar o nível de burnout que os alunos sentem em relação à sua experiência escolar. Mede especificamente os sintomas de exaustão, de cinismo em relação à escola e de sentimento de incompetência, adaptados ao contexto escolar. Permite aos psicólogos identificar os alunos com níveis elevados de stress escolar, de modo a direcionar as intervenções de prevenção do burnout escolar.

Número de perguntas	9 perguntas
Duração estimada	5 minutos
Idioma	Português
Nome original	School Burnout Inventory
Público-alvo	Adolescentes, alunos do ensino secundário
Autores	Katariina Salmela-Aro, Kaisa E. Näätänen (2004)
Categoria	Adolescência, Infância

Pré-visualização das 9 perguntas

Sinto-me sobrecarregado/a com os meus trabalhos escolares

Totalmente falso | Parcialmente falso | Um pouco falso | Um pouco verdadeiro | Parcialmente verdadeiro | Totalmente verdadeiro

Falta-me motivação para os trabalhos escolares e penso muitas vezes em desistir

Totalmente falso | Parcialmente falso | Um pouco falso | Um pouco verdadeiro | Parcialmente verdadeiro | Totalmente verdadeiro

Sinto muitas vezes que não estou à altura dos meus trabalhos escolares

Totalmente falso | Parcialmente falso | Um pouco falso | Um pouco verdadeiro | Parcialmente verdadeiro | Totalmente verdadeiro

Durmo muitas vezes mal por causa de questões relacionadas com os meus trabalhos escolares

Totalmente falso | Parcialmente falso | Um pouco falso | Um pouco verdadeiro | Parcialmente verdadeiro | Totalmente verdadeiro

Estou a perder o interesse pelos meus trabalhos escolares

Totalmente falso | Parcialmente falso | Um pouco falso | Um pouco verdadeiro | Parcialmente verdadeiro | Totalmente verdadeiro

Cotação e interpretação

Cada item é cotado numa escala de Likert de 6 pontos (de 1 = discordo totalmente a 6 = concordo totalmente). A pontuação total obtém-se somando as respostas, podendo ser obtidas pontuações para três subdimensões: exaustão, cinismo e sentimento de inadequação. Pontos de corte específicos permitem avaliar o nível de risco de burnout escolar.