

Köpenhamns utbrändhetsinventorium (CBI)

Copenhagen Burnout Inventory (CBI) är ett självskattningsinstrument som mäter graden av utbrändhet inom tre dimensioner: personlig utbrändhet, arbetsrelaterad utbrändhet och utbrändhet relaterad till klienter eller patienter. Det identifierar förekomst och svårighetsgrad av utbrändhet bland yrkesverksamma för att bättre rikta insatser och förebyggande arbete.

Antal frågor	19 frågor
Beräknad tid	10 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Copenhagen Burnout Inventory
Målgrupp	Vuxna, anställda eller vårdpersonal
Författare	Kristensen TS, Borritz M, Villadsen E, Christensen KB (2005)
Kategori	Utbrändhet

Förhandsgranskning av de 19 frågorna

Hur ofta känner du dig trött?

Alltid | Ofta | Ibland | Sällan | Aldrig/nästan aldrig

Hur ofta är du fysiskt utmattad?

Alltid | Ofta | Ibland | Sällan | Aldrig/nästan aldrig

Hur ofta är du känslomässigt utmattad?

Alltid | Ofta | Ibland | Sällan | Aldrig/nästan aldrig

Hur ofta tänker du: ”Jag orkar inte längre”?

Alltid | Ofta | Ibland | Sällan | Aldrig/nästan aldrig

Hur ofta känner du dig slutkörd?

Alltid | Ofta | Ibland | Sällan | Aldrig/nästan aldrig

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

Varje fråga poängsätts på en skala från 0 till 100: ”Alltid” (100), ”Ofta” (75), ”Ibland” (50), ”Sällan” (25), ”Aldrig/nästan aldrig” (0). För varje delområde beräknas medelvärdet av dess frågor. Höga poäng tyder på högre grad av utbrändhet inom den aktuella dimensionen.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Det är ett verkligt plus vid besöken för att bedöma patienten, och ett mycket rikt underlag för att fördjupa det kliniska samtalet.”

Elodie C. - KBT-psykolog