

Oldenburgs utbrändhetsinventorium (OLBI)

Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) är ett självskattningsinstrument som mäter två huvuddimensioner av utbrändhet: utmattning (emotionell, fysisk, kognitiv) och distansering från arbetet. Till skillnad från MBI är det inte begränsat till vårdyrken och innehåller inga uttryckliga hänvisningar till arbete med andra människor. Det är erkänt för sin validitet och används i olika yrkessammanhang.

Antal frågor	16 frågor
Beräknad tid	10 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Oldenburg Burnout Inventory
Målgrupp	Yrkesverksamma vuxna
Författare	Evangelia Demerouti, Dieter Nachreiner (2003)
Kategori	Utbrändhet

Förhandsgranskning av de 16 frågorna

Jag hittar alltid nya och intressanta aspekter i mitt arbete.

Tar helt avstånd | Tar avstånd | Instämmer | Instämmer helt

Det finns dagar då jag känner mig trött redan innan jag kommer till jobbet.

Tar helt avstånd | Tar avstånd | Instämmer | Instämmer helt

Det händer allt oftare att jag talar negativt om mitt arbete.

Tar helt avstånd | Tar avstånd | Instämmer | Instämmer helt

Efter arbetet behöver jag numera mer tid än tidigare för att slappna av och må bättre.

Tar helt avstånd | Tar avstånd | Instämmer | Instämmer helt

Jag tolererar pressen i mitt arbete mycket väl.

Tar helt avstånd | Tar avstånd | Instämmer | Instämmer helt

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

OLBI består av två delskalor: utmattning (8 frågor) och distansering (8 frågor). Frågorna skattas på en skala av Likerttyp från 1 (håller inte alls med) till 4 (håller helt med). Vissa frågor poängsätts omvänt. Poängen summeras per delskala, och höga poäng tyder på en mer uttalad grad av utbrändhet.

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