

Inventorium för skolutbrändhet (SBI)

School Burnout Inventory (SBI) är ett självskattningsformulär som bedömer graden av utbrändhet som elever upplever i förhållande till sin skolvardag. Det mäter specifikt symtom på utmattning, cynism gentemot skolan och känslor av inkompetens, anpassade till skolmiljön. Det ger psykologer möjlighet att identifiera elever med hög skolstress och rikta förebyggande insatser mot skolutbrändhet.

Antal frågor	9 frågor
Beräknad tid	5 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	School Burnout Inventory
Målgrupp	Ungdomar, gymnasieelever
Författare	Katariina Salmela-Aro, Kaisa E. Näätänen (2004)
Kategori	Ungdomar, Barn

Förhandsgranskning av de 9 frågorna

Jag känner mig överväldigad av mitt skolarbete

Stämmer inte alls | Stämmer delvis inte | Stämmer knappast | Stämmer något | Stämmer delvis | Stämmer helt

Jag saknar motivation för mitt skolarbete och tänker ofta på att ge upp

Stämmer inte alls | Stämmer delvis inte | Stämmer knappast | Stämmer något | Stämmer delvis | Stämmer helt

Jag känner mig ofta otillräcklig när det gäller mitt skolarbete

Stämmer inte alls | Stämmer delvis inte | Stämmer knappast | Stämmer något | Stämmer delvis | Stämmer helt

Jag sover ofta dåligt på grund av saker som rör mitt skolarbete

Stämmer inte alls | Stämmer delvis inte | Stämmer knappast | Stämmer något | Stämmer delvis | Stämmer helt

Jag håller på att tappa intresset för mitt skolarbete

Stämmer inte alls	Stämmer delvis inte	Stämmer knappast	Stämmer något	Stämmer delvis	Stämmer 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

Varje fråga skattas på en 6-gradig Likertskala (från 1 = håller inte alls med till 6 = håller helt med). Totalpoängen fås genom att summera svaren, och poäng kan beräknas för tre underdimensioner: utmattning, cynism och känsla av otillräcklighet. Specifika gränsvärden gör det möjligt att bedöma risknivån för skolutbrändhet.

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

★★★★★

“Mentaal har blivit en oumbärlig hjälp för att strukturera mina bedömningar och fördjupa den kliniska förståelsen av mina patienter.”

Nolwenn P. - KBT-psykolog