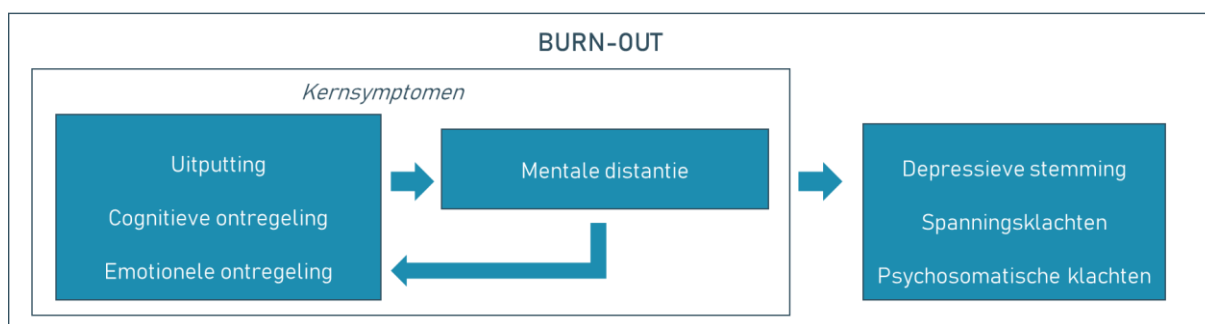


## **BURNOUT ASSESSMENT TOOL – instructies bij de zelfevaluatievragenlijst i.k.v. individuele diagnostiek**

De *BURNOUT ASSESSMENT TOOL (BAT)*<sup>1</sup> is een nieuwe gevalideerde zelfbeoordelings-vragenlijst om (klachten van) burn-out te meten. Daar is behoefte aan omdat de tot nu toe meest gebruikte vragenlijst – de *Maslach Burnout Inventory*<sup>2,3</sup> uit 1981 (MBI) – een aantal inhoudelijke, technische en praktische onvolkomenheden bevat. Op zichzelf is dat niet verwonderlijk omdat de MBI bijna veertig jaar geleden is ontwikkeld.

De Burnout Assessment Tool werd ontwikkeld door Steffie Desart in kader van haar PhD in de Psychologie (KU Leuven) onder begeleiding van professoren W. Schaufeli en H. De Witte<sup>4</sup> op basis van de door hen ontwikkelde, nieuwe definitie van burn-out (kader hieronder).



Er bestaan 2 soorten BAT-vragenlijsten: één voor nog werkende personen (de ‘specifieke’ BAT-vragenlijst) en één voor mensen die reeds geruime tijd thuis zitten wegens -vermoede- burn-out (de ‘algemene’ BAT-vragenlijst). Beide vragenlijsten bestaan in NL, FR en ENG versie en de gebruikte grenswaarden werden gevalideerd voor Vlaanderen.

De BAT is een gratis inzetbare, gevalideerde vragenlijst die kan worden gebruikt voor individuele diagnostiek of voor screening en benchmarking in organisaties.

### **GEBRUIK VOOR INDIVIDUELE DIAGNOSTIEK**

De BAT stelt **geen diagnose** van burn-out. Daarvoor is uitgebreidere assessment nodig, met inbegrip van een anamnestic en diagnostisch interview door een daarvoor getrainde professional. De BAT kan echter wel een waardevol hulpmiddel bij het individuele assessmentproces zijn.

In het kader van een individuele diagnostiek kan het zogenoemde *stoplichtenmodel* worden gebruikt, waarvan de grenswaarden onderaan deze handleiding staan. Daarbij wordt in eerste instantie naar het totaal van de kernsymptomen van de BAT gekeken, geldend voor Vlaanderen:

- (1) Voor meer informatie kan u terecht op [www.burnoutassessmenttool.be](http://www.burnoutassessmenttool.be)
- (2) Maslach, C., & Jackson, S.E. (1981a). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99–113.
- (3) Maslach, C., & Jackson, S.E. (1981b). *Maslach Burnout Inventory Manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- (4) Desart, S., Schaufeli, W.B., & De Witte, H. (2017, februari 20). *Op zoek naar een nieuwe definitie van burn-out* [Blog post]. <https://kuleuvenblogt.be/2017/02/20/op-zoek-naar-een-nieuwe-definitie-van-burn-out>.

- \* **Groen**: score lager dan 2.59 – er is geen sprake van burn-out;
- \* **Oranje**: score hoger of gelijk aan 2.59 en kleiner dan 3.02 – er is sprake van een risico op burn-out;
- \* **Rood**: score hoger of gelijk aan 3.02 – er is sprake van een hoog risico op burn-out.

De totaalscore van de vier kerndimensies van de BAT kan gebruikt worden om de mate van burn-out vast te stellen, terwijl de individuele scores van elke kerndimensie, eventueel aangevuld met de score op secundaire klachten, dit beeld verder kunnen differentiëren. Een dergelijke differentiatie zal met name van belang zijn bij individueel diagnostisch gebruik.

Als **instructie**<sup>5</sup> vooraf bij het invullen van de vragenlijst wordt gebruikt:

**Specifieke** vragenlijst (voor wie nog aan het werk is) : *De volgende uitspraken hebben betrekking op hoe u uw werk beleeft en hoe u zich daarbij voelt.*

**Algemene** vragenlijst (voor wie niet aan het werk is): *De volgende uitspraken hebben betrekking op hoe u zich voelt.*

*Wilt u aangeven hoe vaak iedere uitspraak op u van toepassing is door steeds het best passende antwoord aan te kruisen. Als scoringscategorieën worden gebruikt: 1 'nooit', 2 'zelden', 3 'soms', 4 'vaak' en 5 'altijd'.*

*De gemiddelde score per kerndimensie wordt berekend door de scores op alle vragen per kerndimensie bij elkaar op te tellen en te delen door het aantal vragen waaruit de desbetreffende kerndimensie bestaat. Dat betekent dus dat de waarde van de scores per dimensie varieert van 1 t/m 5. Door de scores op de 4 kerndimensies op te tellen en te delen door 23 wordt de totaalscore verkregen, die eveneens tussen de 1 en 5 ligt. Hetzelfde geldt voor de 11 secundaire klachten.*

### **Grenswaarden**<sup>5</sup>

GRENSWAARDEN voor **WERKENDEN** ('Specifieke' vragenlijst)

	<b>Groene zone</b>	<b>Oranje zone</b>	<b>Rode zone</b>
<i>Uitputting</i>	< 3,31	$3,31 \leq x < 3,81$	$\geq 3,81$
<i>Mentale distantie</i>	< 2,50	$2,50 \leq x < 3,10$	$\geq 3,10$
<i>Emotionele ontregeling</i>	< 2,10	$2,10 \leq x < 3,50$	$\geq 3,50$
<i>Cognitieve ontregeling</i>	< 2,70	$2,70 \leq x < 3,50$	$\geq 3,50$
<b>Totaalscore kernsymptomen</b>	<b>&lt; 2,59</b>	<b><math>2,59 \leq x &lt; 3,02</math></b>	<b><math>\geq 3,02</math></b>
<i>Secundaire symptomen</i>	< 2,77	$2,77 \leq x < 3,23$	$\geq 3,23$

GRENSWAARDEN voor **NIET-WERKENDEN** ('Algemene' vragenlijst)

	<b>Groene zone</b>	<b>Oranje zone</b>	<b>Rode zone</b>
<i>Uitputting</i>	< 3,06	$3,06 \leq x < 3,31$	$\geq 3,31$
<i>Mentale distantie</i>	< 2,50	$2,50 \leq x < 3,10$	$\geq 3,10$
<i>Emotionele ontregeling</i>	< 2,10	$2,10 \leq x < 2,90$	$\geq 2,90$
<i>Cognitieve ontregeling</i>	< 2,70	$2,70 \leq x < 3,10$	$\geq 3,10$
<b>Totaalscore kernsymptomen</b>	<b>&lt; 2,59</b>	<b><math>2,59 \leq x &lt; 3,02</math></b>	<b><math>\geq 3,02</math></b>
<i>Secundaire symptomen</i>	< 2,85	$2,85 \leq x < 3,35$	$\geq 3,35$

(5) Zie 'Handleiding' op [www.burnoutassessmenttool.be](http://www.burnoutassessmenttool.be)