ANEXO 1

MBI (INVENTARIO DE BURNOUT DE MASLACH)

A continuación encontrará una serie de enunciados acerca del trabajo que usted realiza y los sentimientos que involucra en él. Usted tiene que saber que no existen respuestas mejores o peores. Pedimos sinceridad al momento de que esté realizando este test.

Los resultados del test son estrictamente confidenciales y en ningún caso accesible a otras personas.

A cada una de las frases debe responder expresando la frecuencia con que tiene ese sentimiento, poniendo una cruz en la casilla correspondiente y el número que considere más adecuado.

FRECUENCIA		NUNCA	ALGUNA VEZ AL AÑO O MENOS	UNA VEZ AL MES O MENOS	ALGUNAS VECES AL MES	UNA VEZ A LA SEMANA	VARIAS VECES A LA SEMANA	DIARIAMENTE	
#	FACTORES	PREGUNTAS	0	1	2	3	4	5	6
1	EE	Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado							
2	EE	Al final de la jornada me siento agotado							
3	EE	Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo							
4	PA	Puede entender con facilidad lo que piensan mis pacientes							
5	D	Creo que trato algunos pacientes como si fueran objetos							

6	EE	Trabajar con pacientes todos los días es una tensión para mí							
7	PA	Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis pacientes							
8	EE	Me siento quemado por el trabajo							
9	PA	Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros							
10	D	Creo que tengo un comportamiento mas insensible con la gente desde que hago este trabajo							
11	D	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente							
12	PA	Me encuentro con mucha vitalidad							
13	EE	Me siento frustrado por mi trabajo							
14	EE	Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro							
15	D	Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de los pacientes a los que tengo que atender							

1 6	EE	Trabajar en contacto directo con los pacientes me produce bastante estrés							
1 7	PA	Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada a mis pacientes							
1 8	PA	Me encuentro animado después de trabajar junto con los pacientes							
1 9	PA	He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo							
2 0	EE	En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades							
2 1	PA	Siento que se tratan de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo							
2 2	D	Siento que los pacientes me culpan de algunos de sus problemas							