

www.testarchiv.eu

## Open Test Archive

Repositorium für Open-Access-Tests

Verfahrensdokumentation:

### **BMI Burnout-Mobbing-Inventar**

Satow, L. (2013)

Satow, L. (2013). BMI. Burnout-Mobbing-Inventar [Verfahrensdokumentation, Autorenbeschreibung, Fragebogen und Beispielprofile]. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), Open Test Archive. Trier: ZPID.  
<https://doi.org/10.23668/psycharchives.4537>

Alle Informationen und Materialien zu dem Verfahren finden Sie im Testarchiv unter:  
**<https://www.testarchiv.eu/de/test/9006565>**

---

Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID)

Universitätsring 15  
54296 Trier

[www.leibniz-psychology.org](http://www.leibniz-psychology.org)

## Inhaltsverzeichnis

1. Testkonzept.....	2
1.1 Theoretischer Hintergrund .....	2
1.2 Testaufbau .....	2
1.3 Auswertungsmodus .....	3
1.4 Auswertungshilfen .....	3
1.5 Auswertungszeit .....	3
1.6 Itembeispiele .....	3
1.7 Items .....	3
2. Durchführung.....	3
2.1 Testformen.....	3
2.2 Altersbereiche.....	3
2.3 Durchführungszeit.....	3
2.4 Material.....	4
2.5 Instruktion.....	4
2.6 Durchführungsvoraussetzungen.....	4
3. Testkonstruktion .....	4
4. Gütekriterien.....	4
4.1 Objektivität .....	4
4.2 Reliabilität .....	5
4.3 Validität.....	5
4.4 Normierung.....	5
5. Anwendungsmöglichkeiten.....	5
6. Kurzfassung .....	5
Diagnostische Zielsetzung.....	5
Aufbau.....	5
Grundlagen und Konstruktion .....	6
Empirische Prüfung und Gütekriterien .....	6
7. Bewertung.....	6
8. Literatur .....	6

## 1. Testkonzept

### 1.1 Theoretischer Hintergrund

Der Begriff "Burnout" wurde erstmals in den 1970er Jahren von dem Psychoanalytiker Herbert Freudenberger (1974, 1989) verwendet. In den 1980er Jahren entwickelten Christina Maslach und Susan Jackson einen ersten psychologischen Test (Maslach Burnout Inventory, MBI) zur Messung von Burnout (Maslach & Jackson, 1981), der Burnout bereits als Symptomkomplex von Überforderung und Demotivation auffasste, jedoch weder die psychischen und physischen Folgesymptome noch andere Ursachen wie soziale Ausgrenzung (Mobbing) und chronische Unterforderung (Boreout) erfasste.

Das Burnout-Mobbing-Inventar (BMI) berücksichtigt den aktuellen Forschungsstand und unterscheidet zwischen dem eigentlichen Burnout (chronische Überforderung) und den Folgen (psychische und physische Belastungssymptome, Motivationsverlust) mit jeweils eigenen Skalen. So lässt sich sehr schnell erkennen, ob die chronische Überforderung bereits zu Problemen geführt hat - und zu welchen. Die beiden anderen ebenso wichtigen berufsbezogenen Probleme sind Boreout (chronische Unterforderung; Rothlin & Werder, 2007) und Mobbing (soziale Ausgrenzung). Auch diese Probleme führen regelmäßig zu Motivationsverlust und Belastungssymptomen und können mit dem BMI erfasst werden. Aufgrund der allgemeinen Formulierung der Items kann das Verfahren für alle Berufsgruppen eingesetzt werden.

### 1.2 Testaufbau

Das Burnout-Mobbing-Inventar (BMI) erfasst drei typische berufsbezogene Belastungs- und Motivationsprobleme. Neben Burnout, Boreout und Mobbing enthält das BMI zusätzlich zwei Skalen zu Erfassung von allgemeinem Motivationsverlust und psychischen/physischen Belastungssymptomen.

Als Antwortskala wird für alle fünf Skalen eine vierstufige Likertskala (1 = trifft nicht zu, 2 = trifft eher nicht zu, 3 = trifft eher zu, 4 = trifft genau zu) herangezogen.

(1) Chronische Überforderung (Burnout) (B; k = 8): Die Skala erfasst langanhaltende berufliche Überforderung durch Leistungsdruck, zu hohe Anforderungen oder ein zu hohes Arbeitspensum. Personen mit hohen Werten weisen im Durchschnitt auch starke Belastungssymptome auf und können Stress nur schlecht verkraften. Personen mit niedrigen Werten sind oft als Selbständige tätig.

(2) Chronische Unterforderung (Boreout) (b; k = 8): Die Skala erfasst langanhaltende berufliche Unterforderung durch Eintönigkeit, Routine und Perspektivlosigkeit. Personen mit hohen Werten sind im Durchschnitt auch stark demotiviert. Die höchsten Werte finden sich bei einfachen Arbeitern und Arbeitslosen, die niedrigsten bei Selbständigen.

(3) Soziale Ausgrenzung & Angriffe (Mobbing) (M; k = 8): Die Skala erfasst langanhaltendes, systematisches Mobbing und soziale Ausgrenzung durch Kollegen und Vorgesetzte. Mobbing führt gleichermaßen zu beruflicher Demotivation sowie starken psychischen und physischen Belastungssymptomen.

(4) Allgemeiner Motivationsverlust (Demotivation) (D; k = 8): Die Skala erfasst berufliche Demotivation, Leistungsverlust und "innere Kündigung". Personen mit hohen Werten leiden im Durchschnitt vermehrt auch unter Unterforderung und Mobbing.

(5) Psychische und physische Belastungssymptome (S; k = 12): Die Skala erfasst typische psychische und physische Folgesymptome von Burnout, Boreout und Mobbing, wie z.B. Schlafstörungen, Magendrücken, Konzentrationsstörungen. Personen mit vielen Symptomen sind meistens auch von Überforderung und Mobbing betroffen.

### 1.3 Auswertungsmodus

Im ersten Schritt werden die Punkte pro Item berechnet. Im zweiten Schritt werden die Punkte pro Skala aufsummiert. Im dritten Schritt werden die Punkte in Normwerte umgewandelt.

### 1.4 Auswertungshilfen

Es liegt eine Excel-Auswertungshilfe vor, die über den Testautor bezogen werden kann. Mit ihrer Hilfe lässt sich der Test in Sekunden auswerten - einschließlich Berechnung der altersspezifischen Normen.

### 1.5 Auswertungszeit

Mit der Excel-Auswertungshilfe beträgt die Auswertung weniger als 1 Minute, ohne Excel-Auswertungshilfe sind etwa 10 Minuten zu veranschlagen.

### 1.6 Itembeispiele

Burnout-Skala: "Bei meiner Arbeit/Tätigkeit stehe ich ständig unter großem Druck."

Boreout-Skala: "Im Grunde langweilen mich meine Aufgaben schon seit langem."

Mobbing-Skala: "Seit mehr als einem halben Jahr redet man nur noch das Nötigste mit mir."

Demotivations-Skala: "Meine Tätigkeit macht mir auch heute noch großen Spaß." (-)

Psychische und physische Belastungssymptome: "Ich bin oft traurig."

### 1.7 Items

Alle Items sind in der Skalendokumentation (Satow, 2013) enthalten.

## 2. Durchführung

### 2.1 Testformen

Es ist nur eine Testform des Fragebogen-Verfahrens vorhanden. Der Test wird entweder als Paper-Pencil-Test oder in einer Online-Version durchgeführt; ersterer ist kostenpflichtig und kann über die Webseite des Autors ([www.dr.satow.de](http://www.dr.satow.de)) bezogen werden. Der Online-Test ist kostenlos verfügbar unter <https://www.psychomeda.de/online-tests/>.

### 2.2 Altersbereiche

Der Test eignet sich für Personen ab 16 Jahren.

### 2.3 Durchführungszeit

Die Bearbeitung dauert erfahrungsgemäß 15 bis 20 Minuten.

## 2.4 Material

Benötigt werden bei Verwendung der Paper-and-Pencil-Fassung pro Testperson ein Fragebogen und Schreibgerät, die Normen, ggf. die Excel-Auswertungshilfe sowie eine Profil-Vorlage zur Darstellung der Ergebnisse. Zur Bearbeitung der Onlinefassung wird lediglich ein internetfähiger PC benötigt.

## 2.5 Instruktion

Die standardisierte Instruktion lautet: "Sie erhalten nun einen Fragebogen mit einigen Aussagen zur Situation in Ihrem beruflichen Umfeld. Ihre Aufgabe ist es zu beurteilen, inwieweit diese Aussagen auf Sie zutreffen. Antworten Sie möglichst spontan. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Wenn Sie keine Fragen haben, können Sie jetzt beginnen."

## 2.6 Durchführungsvoraussetzungen

Bei der Testdurchführung als Paper-Pencil-Test ist darauf zu achten, dass alle Testvoraussetzungen erfüllt sind und dass der Test immer unter den gleichen Bedingungen durchgeführt wird:

(a) Testvoraussetzungen auf Seiten der Testpersonen

- Alle Teilnehmer müssen mindestens 16 Jahre alt sein und die deutsche Sprache beherrschen.
- Die Teilnehmer sollten ausgeruht sein und dürfen nicht unter dem Einfluss von Drogen oder Aufputschmitteln stehen.

(b) Testbedingungen

- Der Test ist in einem geschlossenen Raum durchzuführen, in dem für die Dauer des Tests Ruhe herrscht und ungestörtes Arbeiten möglich ist.
- Die Testdurchführung ist zu beaufsichtigen.

## 3. Testkonstruktion

Zusammen mit Therapeuten und Experten wurden insgesamt 60 neue Likert-Items entwickelt und in mehreren Vorstudien erprobt. Für den vorliegenden Test wurden daraus 44 Items aufgrund ihrer psychometrischen Kennwerte ausgewählt.

Alle Skalen wurden nach der Klassischen Testtheorie konstruiert und optimiert. Wichtige Itemkennwerte (M, SD, rit) in der Normierungsstichprobe sind der Skalendokumentation (Satow, 2013) zu entnehmen. Sämtliche Itemtrennschärfen liegen mit  $rit > .43$  im hohen, oft sogar im sehr hohen Bereich ( $rit > .70$ ).

## 4. Gütekriterien

### 4.1 Objektivität

Die Objektivität wird sichergestellt durch vorgegebene Testbedingungen, Items mit Likert-Antwortskala und eine Excel-Auswertungshilfe für eine fehlerfreie Auswertung.

## 4.2 Reliabilität

Die Reliabilität der Skalen bewegt sich zwischen .85 und .88 (Cronbachs Alpha; vgl. Satow, 2013).

## 4.3 Validität

In der Normierungsstichprobe (N = 5 520) fanden sich folgende Validitätshinweise (Satow, 2013):

- Die Struktur der Skalen konnte mit Hilfe einer Faktorenanalyse bestätigt werden.
- Chronische Überforderung (Burnout) korreliert signifikant mit psychischen und physischen Belastungssymptomen.
- Selbständige weisen die geringsten Werte für Boreout, Demotivation und Mobbing auf.
- Angestellte weisen die höchsten Werte für Burnout auf.
- Personen mit hohen Werten auf der Burnout-Skala gehen mit Stress deutlich ungünstiger um als Personen mit geringen Werten.

## 4.4 Normierung

Normwerte wurden im Rahmen einer Online-Erhebung gewonnen; hierzu wurde der Fragebogen kostenlos und anonym als Selbsttest auf mehreren populären Webseiten und Job-Communities angeboten (Satow, 2013). Die Gesamtstichprobe umfasst N = 5 520 (davon n = 3 012 Frauen) und wird bei Satow (2013) nach Alter, Schulabschluss, Ausbildung, Art der Berufstätigkeit und Einkommen beschrieben.

Mit Hilfe des Quotenverfahrens (Sampling) wurden alters- und geschlechtsspezifische Normen gewonnen, die jeweils getrennt nach Geschlecht für vier Altersgruppen vorliegen: jünger als 20 Jahre, 20 bis 30 Jahre, 31 bis 51 Jahre, älter als 50 Jahre.

## 5. Anwendungsmöglichkeiten

Das BMI erfasst die drei wichtigsten berufsbezogenen Motivations- und Belastungsprobleme Burnout, Boreout und Mobbing sowie deren Folgesymptome. Aufgrund der allgemeinen Itemformulierung kann das Verfahren für alle Berufsgruppen eingesetzt werden. Die Skalen eignen sich für wissenschaftliche Fragestellungen, Therapie und Diagnostik.

## 6. Kurzfassung

### Diagnostische Zielsetzung:

Das Burnout-Mobbing-Inventar (BMI) erfasst drei typische berufsbezogene Belastungs- und Motivationsprobleme. Neben Burnout, Boreout und Mobbing enthält das BMI zusätzlich zwei Skalen zu Erfassung von allgemeinem Motivationsverlust und psychischen/physischen Folgesymptomen.

### Aufbau:

Das Fragebogenverfahren umfasst fünf Skalen mit insgesamt 44 Items, die auf vierstufigen Likert-Antwortskalen zu bearbeiten sind.

### Grundlagen und Konstruktion:

Das BMI wurde nach der Klassischen Testtheorie konstruiert. Die Items wurden so formuliert, dass sie für alle Berufsgruppen eingesetzt werden können. Mit den fünf Skalen werden nicht nur die wichtigsten berufsbezogenen Belastungs- und Motivationsprobleme erfasst, sondern auch die psychischen und physischen Folgesymptome. Sämtliche Items wurden für das Instrument neu formuliert und an einer großen Online-Stichprobe (N = 5 520) psychometrisch überprüft.

### Empirische Prüfung und Gütekriterien:

**Reliabilität:** Cronbachs Alpha der Subskalen variiert zwischen .85 und .88.

**Validität:** An der Normierungsstichprobe (N = 5 520) wurde die faktorielle Struktur bestätigt; ferner fanden sich signifikante, erwartungskonforme Korrelationen mit Stresssymptomen und Stressbewältigung. Selbständige weisen die geringsten Werte für Boreout, Demotivation und Mobbing auf, Angestellte die höchsten Werte für Burnout. Personen mit hohen Werten auf der Burnout-Skala gehen mit Stress deutlich ungünstiger um als Personen mit geringen Werten.

**Normen:** Geschlechtsspezifische Normen liegen für vier Altersgruppen vor (Gesamt-N = 5 520).

## 7. Bewertung

Bei dem BMI handelt es sich um ein wissenschaftliches Instrument zur Ermittlung von Burnout, Boreout, Mobbing und den Folgesymptomen, das bei allen Berufsgruppen eingesetzt werden kann. Eine umfangreiche Online-Studie lieferte erste Hinweise auf die psychometrische Qualität des Verfahrens.

## 8. Literatur

Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30, 159-164.

Freudenberger, H.J. (1989). Burnout: Past, present, and future concerns. *Loss, Grief and Care*, 3 (1-2), 1-10.

Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. Research Edition. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Rothlin, P. & Werder, P. R. (2007). *Diagnose Boreout. Warum Unterforderung im Job krank macht*. Heidelberg: Redline Wirtschaft.

Satow, L. (2013). *Burnout-Mobbing-Inventar (BMI): Test- und Skalendokumentation* [Forschungsbericht]. Markdorf: Psychomeda.