

www.testarchiv.eu

Open Test Archive

Repositorium für Open-Access-Tests

BMI Burnout-Mobbing-Inventar

Satow, L. (2013)

Satow, L. (2013). BMI. Burnout-Mobbing-Inventar [Verfahrensdokumentation, Autorenbeschreibung, Fragebogen und Beispielpromile]. 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 unter:

<https://www.testarchiv.eu/de/test/9006565>

Verpflichtungserklärung

Bei dem Testverfahren handelt es sich um ein Forschungsinstrument, das der Forschung, Lehre und Praxis dient. Es wird vom Testarchiv online und kostenlos zur Verfügung gestellt und ist urheberrechtlich geschützt, d. h. das Urheberrecht liegt weiterhin bei den AutorInnen.

Mit der Nutzung des Verfahrens verpflichte ich mich, die Bedingungen der [Creative Commons Lizenz CC BY-NC-ND 4.0](#) zu beachten. Ich werde nach Abschluss meiner mit dem Verfahren zusammenhängenden Arbeiten mittels des [Rückmeldeformulars](#) die TestautorInnen über den Einsatz des Verfahrens und den damit erzielten Ergebnissen informieren.

Terms of use

The test instrument is a research instrument that serves research, teaching and practice. It is made available online and free of charge by the test archive and is protected by copyright, i.e. the copyright remains with the author(s). By using this test, I agree to abide by the terms of the [Creative Commons License CC BY-NC-ND 4.0](#). After completion of my work with the measure, I will inform the test authors about the use of the measure and the results I have obtained by means of the [feedback form](#).

Fragebogen zu beruflichen Belastungen und Problemen (BMI)

Vorname:

Nachname:

Geburtsdatum:

Geschlecht:

☐ weiblich

☐ männlich

Testdatum:

Ort:

Denken Sie bei den folgenden Fragen an Ihre Arbeit oder alltäglichen Tätigkeiten und Aufgaben. Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf Sie zu?

		trifft gar nicht zu	trifft eher nicht zu	trifft eher zu	trifft genau zu	
1.	Ich fühle mich von meinen Aufgaben oft völlig überfordert und erschöpft.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	B+
2.	Seit mehr als einem halben Jahr redet man nur noch das Nötigste mit mir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	M+
3.	Früher hat mich meine Tätigkeit sehr interessiert, doch mittlerweile habe ich jedes Interesse verloren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	D+
4.	Ich stehe schon seit langem unter großem Druck.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	B+
5.	Man hat mir alle wichtigen Tätigkeiten weggenommen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	M+
6.	Im Grunde langweilen mich meine Aufgaben schon seit langem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	b+
7.	Ich merke schon seit längerem, dass ich immer weniger Lust zu meiner Tätigkeit habe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	D+
8.	Seit mehr als einem halben Jahr erhalte ich keine wichtigen Informationen mehr.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	M+
9.	Abends bin ich von meiner Tätigkeit oft völlig erschöpft.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	B+
10.	Wenn ich heute noch mal die Wahl hätte, würde ich eine andere Tätigkeit / einen anderen Beruf wählen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	D+
11.	Meine Tätigkeit unterfordert mich oft.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	b+
12.	Leute, die mehr zu sagen haben als ich, machen Witze über mich und stellen mich vor anderen bloß.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	M+
13.	Bei meiner Tätigkeit denke ich an viele andere Dinge, die mir wichtiger sind.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	D+
14.	Ich denke nur noch an die Arbeit / meine Tätigkeit und sonst an nichts mehr.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	B+
15.	Ich werde von Leuten, die mehr zu sagen haben als ich, regelmäßig angeschrien.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	M+
16.	Meine Tätigkeit erfüllt mich mit Stolz.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	D-
17.	Ich kann bei meiner Arbeit / Tätigkeit kaum Pausen machen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	B+

	trifft gar nicht zu	trifft eher nicht zu	trifft eher zu	trifft genau zu	
18. Bei meiner Tätigkeit ist mittlerweile alles Routine.	O	O	O	O	b+
19. Für meine Arbeit / Tätigkeit bin ich überqualifiziert.	O	O	O	O	b+
20. Meine Tätigkeit macht mir auch heute noch großen Spaß.	O	O	O	O	D-
21. Ich mache jeden Tag immer nur das Gleiche und das gefällt mir nicht.	O	O	O	O	b+
22. Seit mehr als einem halben Jahr fühle ich mich durch Kollegen ausgegrenzt.	O	O	O	O	M+
23. Durch meine Tätigkeit kann ich noch viele Dinge erreichen.	O	O	O	O	D-
24. Bei meiner Arbeit / Tätigkeit stehe ich ständig unter großem Druck.	O	O	O	O	B+
25. Ich hätte lieber eine aufregendere Tätigkeit / Arbeit.	O	O	O	O	b+
26. Ich kann mich anstrengen wie ich will, die Arbeit wird nicht weniger.	O	O	O	O	B+
27. Andere Kollegen und Mitarbeiter grüßen mich seit längerer Zeit nicht mehr.	O	O	O	O	M+
28. Ich habe bei meiner Arbeit / Tätigkeit viel Zeit für andere Dinge.	O	O	O	O	B-
29. Ich hätte gerne mehr Verantwortung bei meiner Tätigkeit / Arbeit.	O	O	O	O	b+
30. Ich habe keine Lust mehr, mich bei meinen Aufgaben wirklich anzustrengen.	O	O	O	O	D+
31. Oft habe ich gar nichts zu tun und mache andere Dinge.	O	O	O	O	b+
32. Leute, die mehr zu sagen haben als ich, versuchen mir das Leben so schwer wie möglich zu machen.	O	O	O	O	M+

Fragebogen zu psychischen und physischen Belastungssymptomen

Vorname:

Nachname:

Geburtsdatum:

Geschlecht:

☐ weiblich

☐ männlich

Testdatum:

Ort:

Stress und Druck können körperliche und psychische Symptome verursachen.
Welche Symptome haben Sie bei sich in den letzten sechs Monaten beobachtet?

	trifft gar nicht zu	trifft eher nicht zu	trifft eher zu	trifft genau zu	
1. Ich schlafe schlecht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
2. Ich leide häufig unter Magendrücken oder Bauchschmerzen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
3. Ich habe häufig das Gefühl einen Kloß im Hals zu haben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
4. Ich grüble oft über mein Leben nach.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
5. Ich bin oft traurig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
6. Ich habe oft zu nichts mehr Lust.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
7. Ich ziehe mich häufig in mich selbst zurück und bin dann so versunken, dass ich nichts mehr mitbekomme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
8. Ich kann mich schlecht konzentrieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
9. Ich habe Alpträume.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
10. Ich fühle mich oft ausgebrannt und leer.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
11. Ich leide häufig unter Kopfschmerzen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+
12. Ich habe stark ab- oder zugenommen (mehr als 5kg).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	S+