

**Evaluation du burn-out chez le
chirurgien-dentiste
(test MBI : Maslach Burnout Inventory)**



Indiquez la fréquence à laquelle vous ressentez ce qui est décrit à chaque item.

Jamais : 0

quelques fois par année, au moins : 1

une fois par mois, au moins : 2

quelques fois par mois : 3

une fois par semaine : 4

quelques fois par semaine : 5

chaque jour : 6

Entourez le chiffre correspondant à votre réponse.

ITEM	FREQUENCE
1. Je me sens émotionnellement vidé(e) par mon travail	0 1 2 3 4 5 6
2. Je me sens à bout à la fin de ma journée de travail	0 1 2 3 4 5 6
3. Je me sens fatigué(e) lorsque je me lève le matin et que j'ai à affronter une autre journée de travail	0 1 2 3 4 5 6
4. Je peux comprendre facilement ce que mes patients ressentent	0 1 2 3 4 5 6
5. Je sens que je m'occupe de certains patients de façon impersonnelle comme s'ils étaient des objets	0 1 2 3 4 5 6
6. Travailler avec des gens tout au long de la journée me demande beaucoup d'efforts	0 1 2 3 4 5 6
7. Je m'occupe très efficacement des problèmes de mes patients	0 1 2 3 4 5 6
8. Je sens que je craque à cause de mon travail	0 1 2 3 4 5 6
9. J'ai l'impression, à travers mon travail, d'avoir une influence positive	0 1 2 3 4 5 6
10. Je suis devenu(e) plus insensible aux gens depuis que je travaille	0 1 2 3 4 5 6
11. Je crains que ce travail ne m'endurcisse émotionnellement	0 1 2 3 4 5 6
12. Je me sens plein(e) d'énergie	0 1 2 3 4 5 6
13. Je me sens frustré(e) par mon travail	0 1 2 3 4 5 6
14. Je sens que je travaille «trop dur» dans mon travail	0 1 2 3 4 5 6
15. Je ne me soucie pas vraiment de ce qui arrive à certains de mes patients	0 1 2 3 4 5 6
16. Travailler en contact direct avec les gens me stresse trop	0 1 2 3 4 5 6
17. J'arrive facilement à créer une atmosphère détendue avec mes patients	0 1 2 3 4 5 6
18. Je me sens ragaillard(e) lorsque dans mon travail j'ai été proche de mes patients	0 1 2 3 4 5 6
19. J'ai accompli beaucoup de choses qui en valent la peine dans ce travail	0 1 2 3 4 5 6
20. Je me sens au bout du rouleau	0 1 2 3 4 5 6
21. Dans mon travail, je traite les problèmes émotionnels très calmement	0 1 2 3 4 5 6
22. J'ai l'impression que mes patients me rendent responsables de certains de leurs problèmes	0 1 2 3 4 5 6

Calcul des indices de l'échelle MBI

	<i>Degré de burn out</i>		
	bas	modéré	élevé
Épuisement émotionnel questions : 1.2.3.6.8.13.14.16.20	total < 17	total 18-29	total > 30
Dépersonnalisation questions : 5.10.11.15.22.	total < 5	total 6-11	total > 12
Accomplissement personnel questions : 4.7.9.12.17.18.19.21.	total > 40	total 34-39	total < 36

Pour calculer le score des différentes dimensions, il faut additionner les valeurs des questions correspondantes. Le degré du burn out est important pour un épuisement émotionnel et une dépersonnalisation élevés et un accomplissement personnel bas.