



Fragebogen zum Burn-Out

Zustand

Bitte beantworten Sie nach Ihrem ersten Impuls, bleiben Sie bei Ihrem Gefühl - seien Sie ehrlich mit sich selbst, sie verdienen es! Tragen Sie die Punkteanzahl in der Spalte rechts ein und addieren Sie zuletzt! (Das Ergebnis bleibt bei Ihnen)

Table with 6 columns: Statement, Trifft fast nie zu, Trifft selten zu, Trifft manchmal zu, Trifft häufig zu, Trifft fast die ganze Zeit zu. Contains 21 statements and a sum row.

Auswertung:

Bis 30 Punkte und/oder max. zwei Fragen mit 5 beantwortet: geringes Burn-Out Risiko.

31-60 Punkte und/oder drei bis fünf Fragen mit 5: beginnende Burn-Out Situation.

Über 60 Punkte und / oder mehr als fünf Fragen mit fünf: es dringend Zeit was zu tun!