Lumina Measures

BAT-12

Burnout Assessment Tool - versão brasileira para trabalho (BAT-12)

Versão em português · 12 itens

Nome _____

Data _____

Leia atentamente as frases abaixo e assinale a resposta que corresponde à frequência com que você se sente desse modo no seu trabalho.

		Nunca	Raramente	Algumas vezes	Com Frequência	Sempre
1	No trabalho, sinto-me mentalmente exausto	☐	☐	☐	☐	☐
2	Acho difícil recuperar minha energia depois de um dia de trabalho	☐	☐	☐	☐	☐
3	No trabalho, sinto-me fisicamente exausto	☐	☐	☐	☐	☐
4	Eu luto para encontrar algum entusiasmo pelo meu trabalho	☐	☐	☐	☐	☐
5	Sinto forte aversão pelo meu trabalho	☐	☐	☐	☐	☐
6	Sou pessimista sobre o que meu trabalho significa para os outros	☐	☐	☐	☐	☐
7	Em meu trabalho, tenho dificuldade em manter o foco	☐	☐	☐	☐	☐
8	Tenho dificuldade em me concentrar quando estou trabalhando	☐	☐	☐	☐	☐
9	Cometo erros no trabalho porque minha mente está em outras coisas	☐	☐	☐	☐	☐
10	No trabalho, sinto-me incapaz de controlar as minhas emoções	☐	☐	☐	☐	☐
11	Eu não me reconheço na maneira como reajo emocionalmente no trabalho	☐	☐	☐	☐	☐
12	No trabalho, eu posso ter reações exageradas sem querer	☐	☐	☐	☐	☐

Referências

Burnout Assessment Tool - versão brasileira para trabalho (BAT-12). Versão em português · 12 itens. Formulário da versão apresentada.

SCHAUFELI, W. B.; DESART, S.; DE WITTE, H. Burnout Assessment Tool (BAT): development, validity and reliability. International Journal of Environmental Research and Public Health, Basel, v. 17, n. 24, 9495, 2020. https://doi.org/10.3390/ijerph17249495

VAZQUEZ, A. C. S.; FREITAS, C. P. P.; SCHAUFELI, W. B.; DE WITTE, H.; HUTZ, C. S. Evidence of validity for the Brazilian Burnout Assessment Tool (BAT-Brazil). Avaliação Psicológica, Campinas, v. 24, e23574, 2025. https://doi.org/10.15689/ap.2025.24.e23574

SCHAUFELI, W. B.; DESART, S.; DE WITTE, H. Burnout Assessment Tool: Test Manual. Version 2.0. KU Leuven, 2020. Disponível em: https://burnoutassessmenttool.be/wp-content/uploads/2020/08/Test-Manual-BAT-English-version-2.0-1.pdf.