

## Inventario del Burnout de Psicólogos

N	Responda con que frecuencia observa en usted las conductas que se describen a continuación. Cuando se alude a personas, piense en las que tiene que atender profesionalmente como psicólogo (pacientes, alumnos, usuarios de sus servicios, etc.).	Nunca	Raras veces	Algunas veces	Bastante veces	Muy frecuentemente	Siempre
		1	2	3	4	5	6
1.	Me siento agotado/a después de un día de trabajo.	1	2	3	4	5	6
2.	Me siento irritable con las personas en mí trabajo	1	2	3	4	5	6
3.	Obtengo satisfacción personal en mí profesión	1	2	3	4	5	6
4.	Siento que mí profesión me desgasta emocionalmente.	1	2	3	4	5	6
5.	Tengo que esforzarme para no perder la paciencia con algunas personas en mí trabajo, lo que resulta difícil	1	2	3	4	5	6
6.	Trabajar con personas me realiza profesionalmente	1	2	3	4	5	6
7.	Apenas he comenzado mi trabajo y ya pienso en acabar.	1	2	3	4	5	6
8.	Me irritan las personas a las que atiendo cuando no se esfuerzan en alcanzar los objetivos propuestos	1	2	3	4	5	6
9.	Considero que es estimulante discutir psicología con mis colegas y supervisores	1	2	3	4	5	6
10.	Me siento quemado/a por mí trabajo	1	2	3	4	5	6
11.	Pienso que podría desarrollar mejor mi trabajo si tuviera mayor cooperación de las personas a las que atiendo	1	2	3	4	5	6
12.	Considero que trabajar en psicología ha cambiado mi vida para mejor	1	2	3	4	5	6
13.	Siento sueño durante mí trabajo, pero no en otras actividades	1	2	3	4	5	6
14.	Siento que me alejo emocionalmente de mi trabajo	1	2	3	4	5	6
15.	Creo que mi trabajo es muy estimulante y ofrece muchas oportunidades para ser creativo/a	1	2	3	4	5	6
16.	Siento que estoy al limite de mis posibilidades.	1	2	3	4	5	6
17.	Los problemas de las personas a las que atiendo acaban por interferir en mi vida personal	1	2	3	4	5	6

N	Conductas	Nunca	Raras veces	Algunas veces	Bastante veces	Muy frecuentemente	Siempre
18.	Me encanta trabajar en psicología	1	2	3	4	5	6
19.	Aunque no quiera, muchas de las personas que atiendo me aburren	1	2	3	4	5	6
20.	Considero que son pocas las personas con las que trabajo que merecen el tiempo que les dedico	1	2	3	4	5	6
21.	Creo que tengo muchas oportunidades de progresar en mi trabajo	1	2	3	4	5	6
22.	Me siento agotado/a física y emocionalmente.	1	2	3	4	5	6
23.	Me resulta difícil mantener el equilibrio personal en algunas de mis interacciones profesionales	1	2	3	4	5	6
24.	Me siento útil trabajando en psicología	1	2	3	4	5	6
25.	Me siento quemado/a por mí trabajo	1	2	3	4	5	6
26.	Pienso que la tarea que hago seria mucho más eficaz si tuviera mayor ayuda de las personas con las que tengo que trabajar	1	2	3	4	5	6
27.	Siento que me consideran y respetan por ser psicólogo/a	1	2	3	4	5	6
28.	Me siento desmotivado por el trabajo diario, necesitaría un cambio	1	2	3	4	5	6
29.	Hay personas con las que tengo que trabajar cuyas actitudes me irritan	1	2	3	4	5	6
30.	Siento que realizo un trabajo profesional muy importante	1	2	3	4	5	6