

ANNEXES

ANNEXE 1 = EPUISEMENT PROFESSIONNEL : MBI test

Cotation de la grille :

- 0 = jamais
- 1 = quelques fois par année au moins
- 2 = une fois par mois au moins
- 3 = quelques fois par mois
- 4 = une fois par semaine
- 5 = quelques fois par semaine
- 6 = chaque jour

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

REPARTITION DES 22 QUESTIONS :

■ EPUISEMENT EMOTIONNEL (EE):

- Manque de motivation et d'entrain au travail.
- Sensation que tout est difficile, voire insurmontable.
- Questions : 1 – 2 – 3 – 6 – 8 – 13 – 14 – 16 – 20.

■ DEPERSONNALISATION (DP):

- Patients vus de manière impersonnelle, négative, détachée, voire cynique.
- Questions : 5 – 10 – 11 – 15 – 22.

■ **ACCOMPLISSEMENT PERSONNEL (AP):**

- Le soignant s'évalue négativement, se trouve incompetent et sans utilité pour ses patients
- Diminuant ainsi sa propre estime professionnelle
- Et supportant donc moins les efforts requis pour surmonter son épuisement.
- Questions : 4 – 7 – 9 – 12 – 17 – 18 – 19 – 21.

Degré	Elevé	Modéré	Bas
Epuisement émotionnel	≥ 30	18 à 29	≤ 17
Dépersonnalisation	≥ 12	6 à 11	≤ 5
Accomplissement personnel	≤ 33	34 à 39	≥ 40

Degré	Total
Epuisement émotionnel	
Dépersonnalisation	
Accomplissement personnel	

VOS COMMENTAIRES PERSONNELS :