



Forschungsbericht

# Der Bochumer Burnout-Indikator (BBI) – Ein Frühwarninstrument zur Erfassung des Burnout-Risikos

Projektteam Testentwicklung, 2014

Verfasser: Rebekka Schulz & Rüdiger Hossiep

Projektteam Testentwicklung c/o Dr. R. Hossiep  
Ruhr-Universität Bochum  
Fakultät für Psychologie  
GAFO 04/979  
Universitätsstr. 150  
44780 Bochum

Telefon: 0234 3224623  
E-Mail: [bip@rub.de](mailto:bip@rub.de)  
Homepage: [www.testentwicklung.de](http://www.testentwicklung.de)



Link zum PDF

## Hintergrund der Entwicklung

Eine verbindliche Definition von Burnout (= Ausgebranntsein) existiert bislang nicht. Dies mag einerseits daran liegen, dass es neben einigen Gemeinsamkeiten auch deutliche Unterschiede gibt, worin sich Burnout äußert. Zum anderen sind die vielfältigen Ursachen dieses Krankheitsbildes ein Grund dafür, dass allgemeingültige Aussagen nur schwer zu treffen sind.

Schaufeli und Enzmann (1998, nach Burisch, 2014) bezeichnen Burnout als einen dauerhaften, negativen, arbeitsbezogenen Zustand. Dieser sei in erster Linie von Erschöpfung gekennzeichnet, begleitet von Unruhe und Anspannung, einem Gefühl verringerter Effektivität, gesunkener Motivation und der Entwicklung abträglicher arbeitsbezogener Einstellungen und Verhaltensweisen. Es handelt sich um eine ernstzunehmende Erkrankung, die sich in einem schleichenden Prozess entwickelt und nicht plötzlich „aus dem Nichts“ auftaucht.

Der Prozesscharakter bei der Entstehung von Burnout (Burisch, 2014) bietet durchaus Möglichkeiten, zu intervenieren, um einer Erkrankung rechtzeitig vorzubeugen. Wichtig ist in diesem Zusammenhang jedoch, den existierenden Warnsignalen auch tatsächlich Aufmerksamkeit zu schenken – und dies möglichst frühzeitig.

Während bereits existierende Burnout-Fragebogen meist zum Ziel haben, eine Burnout-Erkrankung zu diagnostizieren (vgl. z. B. Hagemann & Geuenich, 2009), liegt mit dem Bochumer Burnout-Indikator (BBI) erstmals ein belastbares Frühwarninstrument vor. Dieses dient der systematischen Erfassung des derzeitigen Burnout-Risikos und verfolgt im Gegensatz zu anderen thematisch verwandten Testverfahren keine klinische Herangehensweise. Statt kurativer Methoden soll das Instrument ermöglichen, präventiv Interventionen abzuleiten, um eine Burnout-Erkrankung bereits vor dem Entstehen abwenden zu können. Somit wird es möglich, negative Konsequenzen wie z. B. einen langfristigen Arbeitsausfall und damit verbundene hohe gesellschaftliche, organisationale und individuelle Kosten zu vermeiden.

## Aufbau des Fragebogens

Der Bochumer Burnout-Indikator besteht in der aktuellen, 2. Revision aus 60 Items (Aussagen), von denen jeweils 12 einer Skala zugeordnet sind. Die Gesamtbearbeitungszeit beträgt etwa 10 Minuten. Das sechsstufige Antwortformat erstreckt sich von 1 = „trifft voll zu“ bis 6 = „trifft überhaupt nicht zu“.

Mithilfe des Fragebogens werden folgende fünf wichtige Aspekte bei der Entstehung von Burnout systematisch und auf wissenschaftlich fundierter Basis erfasst (vgl. Abb 1):

- *Berufliches Leistungsdefizit:*  
Inwieweit kann die volle Leistungsfähigkeit abgerufen werden?  
Beispiel-Item: „Meine Leistungsfähigkeit hat stark abgenommen.“
- *Körperliche Beschwerden:*  
In welchem Umfang ist die betroffene Person körperlich fit?  
Beispiel-Item: „Schon morgens fühle ich mich fix und fertig.“
- *Intrapersonale Anzeichen:*  
Inwieweit ist die jeweilige Person psychisch stabil?  
Beispiel-Item: „Mir wird alles zu viel.“
- *Soziale Isolation:*  
Inwieweit ist jemand in ein soziales Umfeld eingebunden?  
Beispiel-Item: „Außerberufliche Interessen pflege ich kaum noch.“
- *Erschöpfung:*  
In welchem Umfang werden sich hinreichende Regenerationsphasen gegönnt?  
Beispiel-Item: „Ich stehe unter dauernder Anspannung.“



Abbildung 1: Die Skalen des BBI

Die Ergebnismeldung gibt zum einen Auskunft über die individuellen Ausprägungen dieser fünf Skalen und weist zudem einen Gesamt-Wert, den Burnout-Indikator aus.

## Testkonstruktion der 2. Revision des Fragebogens

### Stichprobe

Die Normierungsstichprobe der 2. Revision besteht aus 16.171 Personen.

Die vorliegenden Daten bildeten eine fundierte Grundlage für die Überarbeitung des Fragebogens. Dabei setzt sich die Stichprobe zu 49,7 % aus Frauen und 50,3 % aus Männern zusammen. 88,5 % der Teilnehmer, die die Frage zu ihrer aktuellen Tätigkeit beantworteten, gaben an, berufstätig (Voll- oder Teilzeit) zu sein.

### Itemselektion

Das Ziel der Itemselektion bestand darin, mit jeweils 12 Items pro Skala einen kurzen und daher ökonomischen Fragebogen zu generieren und zugleich durch belastbare Itemkennwerte dem qualitativen wie auch inhaltlichen Anspruch zu genügen.

Ausgangspunkt stellten dabei die 112 Items der Revision 1 dar, die sich in ihrer Zusammensetzung aus diversen Vorstudien herauskristallisiert hatten.

Die zugrunde gelegten Richtwerte für die Itemselektion lassen sich wie folgt zusammenfassen:

- *Mittelwert*: Dieser sollte sich zwischen 2,5 und 4,5 befinden.
- *Trennschärfe*: Dieser Wert sollte über .30 liegen.
- *Standardabweichung*: Die Standardabweichung sollte einen Wert über 1,2 erreichen.

Gemäß Tabelle 1 werden alle Richtwerte mit Ausnahme zweier Mittelwerte erfüllt. Bei der Skala „Körperliche Beschwerden“ wurde ein Item aus inhaltlichen Gründen trotz des geringen Mittelwertes in den Fragebogen aufgenommen, da die Informationen über eine Medikamenteneinnahme zur Bewältigung der beruflichen Tätigkeit als diagnostisch wertvoll angesehen wurde. In Bezug auf die Skala „Erschöpfung“ weist ein Item einen leicht erhöhten Mittelwert auf. Inhaltlich zielt dieses Item auf die Notwendigkeit ab, Energiereserven wieder aufzufüllen, und bildet damit einen wichtigen Aspekt der Skala ab.

Tabelle 1: Kennwerte der BBI-Skalen (N = 16.164 - 16.171)

Skala	Mittelwerte	Trennschärfen	Standardabweichungen
<b>Berufliches Leistungsdefizit</b>	2,84 bis 3,94	.46 bis .71	1,39 bis 1,63
<b>Körperliche Beschwerden</b>	1,76 bis 4,26	.40 bis .76.	1,38 bis 1,77
<b>Intrapersonale Anzeichen</b>	2,74 bis 4,19	.40 bis .83	1,33 bis 1,80
<b>Soziale Isolation</b>	2,98 bis 4,12	.43 bis .66	1,39 bis 1,64
<b>Erschöpfung</b>	3,11 bis 4,85	.36 bis .71	1,34 bis 1,78

## **Objektivität**

Die Objektivität eines Tests bezieht sich auf die Frage, inwiefern die Testergebnisse hinsichtlich Durchführung, Auswertung und Interpretation als unabhängig vom Untersucher angesehen werden können (Moosbrugger & Kelava, 2012).

Die computergestützte Durchführung und Auswertung des Bochumer Burnout-Indikators gewährleistet diesbezüglich Objektivität. Zudem wird der ausführliche Ergebnisbericht durch eine Itemauswertung (Auflistung der Aussagen samt individueller Einschätzung) in Bezug auf eine möglichst objektive Interpretation ergänzt.

## **Reliabilität**

Die Reliabilität eines Testverfahrens gibt Auskunft darüber, wie zuverlässig und genau die Messung eines bestimmten Merkmals ist (Moosbrugger & Kelava, 2012).

Es existieren mehrere Reliabilitätsmaße (Schermelleh-Engel & Werner, 2012), von denen eines die „interne Konsistenz“ darstellt. Bei dieser wird jedes Item der Skala mit dem Gesamtwert der Skala korreliert. Die Reliabilität des BBIs wird nachfolgend exemplarisch anhand von Cronbachs Alpha – dem in Hinsicht auf die Bestimmung der internen Konsistenz am häufigsten verwendeten Wert – aufgezeigt

Der Wert für Cronbachs Alpha kann zwischen 0 und 1 variieren. Als zufriedenstellend gelten Werte über .70. In Bezug auf den BBI bewegt sich Cronbachs Alpha zwischen .86 und .93 (vgl. Tabelle 2).

Tabelle 2: Interne Konsistenz der BBI-Skalen (N = 16.164-16.171)

Skala	Cronbachs Alpha
Berufliches Leistungsdefizit	.89
Körperliche Beschwerden	.89
Intrapersonale Anzeichen	.93
Soziale Isolation	.87
Erschöpfung	.86

## Validität

Ob ein Testverfahren das misst, was es messen soll, wird durch die Validität angegeben (Moosbrugger & Kelava, 2012).

Ähnlich wie bei der Reliabilität können auch für die Validitätsbestimmung verschiedene Herangehensweisen hinzugezogen werden (vgl. Bühner, 2011). Beispielhaft wird an dieser Stelle die Konstruktvalidität angeführt, bei der der Zusammenhang des vorliegenden Testverfahrens zu konstruktverwandten anderen Tests (im Sinne der konvergenten Validität) bestimmt wird.

Untersucht wurden Zusammenhänge zwischen dem BBI und zwei anderen Burnout-Instrumenten, deren Einsatzzweck die Diagnose von Burnout darstellt: das Maslach Burnout Inventory - General Survey (MBI-GS) in der deutschen Version von Büssing und Glaser (1998) sowie die Burnout-Screening-Skalen (BOSS) von Hagemann und Geuenich (2009).

Insgesamt haben 576 Personen alle drei Testverfahren beantwortet. Für die Gesamtwerte von BBI und MBI-GS zeigt sich ein Zusammenhang von .81 und in Bezug auf BBI und BOSS von .85. Beide Werte sind als sehr hoch anzusehen.

## **Fazit**

Mit dem Bochumer Burnout-Indikator liegt ein ökonomisches Testverfahren zur Erfassung des aktuellen Burnout-Risikos vor. Seine große Normstichprobe bildet in diesem Zusammenhang eine fundierte Basis zur Einordnung individueller Werte.

Durch weitestgehende Standardisierung in Bezug auf Durchführung, Auswertung und Ergebnisunterlagen wird die Objektivität des Tests bestmöglich gewährleistet. Die Reliabilitätskennwerte befinden sich auf einem sehr guten Niveau. Zudem belegen die oben dargestellten Zusammenhänge zu MBI-GS und BOSS die Konstruktvalidität des Verfahrens.

Bei erhöhtem Burnout-Risiko werden zudem Hinweise zu präventiven Maßnahmen vorgeschlagen, die zusammen mit der Itemauswertung eine aussagekräftige Grundlage für individuelle Interventionen bilden.

Der BBI bietet somit einen wissenschaftlich fundierten Ausgangspunkt zur Burnout-Prävention und liefert in diesem Zusammenhang wertvolle Ansätze zur Ableitung geeigneter präventiver Maßnahmen.



## Quellen

- Bühner, M. (2011). *Einführung in die Test- und Fragebogenkonstruktion* (3. Auflage). München: Pearson.
- Burisch, M. (2014). *Das Burnout-Syndrom. Theorie der inneren Erschöpfung* (5., überarb. Aufl. 2014). Berlin: Springer.
- Büssing, A. & Glaser, J. (1998). *Managerial Stress und Burnout. A Collaborative International Study (CISMS). Die deutsche Untersuchung* (Bericht Nr. 44 aus dem Lehrstuhl für Psychologie). München: Technische Universität, Lehrstuhl für Psychologie.
- Hagemann, W. & Geuenich, K. (2009). *BOSS – Burnout-Screening-Skalen*. Göttingen: Hogrefe.
- Moosbrugger, H. & Kelava, A. (2012). Qualitätsanforderungen an einen psychologischen Test (Testgütekriterien). In H. Moosbrugger & A. Kelava (Hrsg.), *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion* (S. 7-26). Berlin: Springer.
- Schaufeli, W. B. & Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and practice: A critical analysis*. Philadelphia: Taylor & Francis.
- Schermelleh-Engel, K. & Werner, C. S. (2012). Methoden der Reliabilitätsbestimmung. In H. Moosbrugger & A. Kelava (Hrsg.), *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion* (S. 119-141). Berlin: Springer.

Bitte zitieren Sie diesen Artikel wie folgt:

Schulz, R. & Hossiep, R. (2014). *Der Bochumer Burnout-Indikator (BBI) – Ein Frühwarninstrument zur Erfassung des aktuellen Burnout-Risikos* (Forschungsbericht). Bochum: Ruhr-Universität, Projektteam Testentwicklung.

Stand: 12.06.2014