



ECHELLE DE MASLACH

Evaluation du niveau d'épuisement professionnel

Instructions pour le calcul des indices de l'échelle de Maslach

EPUISEMENT EMOTIONNEL ET PHYSIQUE

9 Questions 1.2.3.6.8.13.14.16.20 (score maximum : 54)

Degré de burnout

Total inférieur à 17 = bas

Total compris entre 18 et 29 = modéré

Total supérieur à 30 = élevé

DEPERSONNALISATION

5 Questions 5.10.11.15.22 (score maximum 30)

Degré de burnout

Total inférieur à 5 = bas

Total compris entre 6 à 11 = modéré

Total supérieur à 12 = élevé

ACCOMPLISSEMENT PERSONNEL

8 Questions 4.7.9.12.17.18.19.21 (score maximum : 48)

Degré de burnout

Total supérieur à 40 = élevé

Total compris entre 34 et 39 = modéré

Total inférieur à 33 = bas

Des scores modérés, voire élevés, sont le signe d'un épuisement professionnel latent, en train de s'installer.

Si vous avez obtenu un score élevé aux deux premières échelles et un score faible à la dernière, vous vous sentez épuisé(e) professionnellement en ce moment

Si vous avez obtenu un score faible aux deux premières échelles et un score élevé à la dernière, vous êtes loin d'être épuisé(e).