

PREMIUM REPORT

Burnout-Screening (OLBI)

Neurodevelopmental Screening Report

PREPARED FOR

Sophie Martin

Report date: Januar 19, 2026



Table of Contents

Click any section below to jump straight to it.

01	Overview & Score	Page 3
02	Category Breakdown	Page 3
03	Your Responses	Page 3
04	AI Interpretation by Claude	Page 5
05	Recommendations	Page 6
06	Important Notice	Page 6



Burnout-Screening (OLBI)

Neurodevelopmental Screening Report

39

/ 48

Score

81%

Percentage

Moderate Burnout

Result

Significant exhaustion and disengagement are affecting your wellbeing and performance.

Category Breakdown

Category	Distribution	Pts
Exhaustion		16
Cynicism		13
Self efficacy loss		10

Your Responses

Each answer contributed to your score.

#	Question	Your answer	Pts
1	Es gibt Tage, an denen ich mich müde fühle, bevor ich zur Arbeit komme. exhaustion	Stimme zu	2
2	Nach der Arbeit brauche ich mehr Zeit als früher, um mich zu entspannen und mich besser zu fühlen. exhaustion	Stimme zu	2



#	Question	Your answer	Pts
3	Ich kann den Druck meiner Arbeit sehr gut tolerieren. exhaustion	Stimme zu	1
4	Während meiner Arbeit fühle ich mich oft emotional erschöpft. exhaustion	Stimme zu	2
5	Nach der Arbeit fühle ich mich im Allgemeinen abgenutzt und erschöpft. exhaustion	Stimme zu	2
6	Ich finde immer neue und interessante Aspekte in meiner Arbeit. exhaustion	Stimme zu	1
7	Ich spreche immer häufiger negativ über meine Arbeit. exhaustion	Stimme zu	2
8	Nach der Arbeit habe ich genug Energie für meine Freizeitaktivitäten. exhaustion	Stimme zu	1
9	Mit der Zeit kann ich mich von dieser Art von Arbeit distanzieren. disengagement	Stimme zu	2
10	Dies ist die einzige Art von Arbeit, die ich mir für mich vorstellen kann. disengagement	Stimme zu	1
11	Ich hatte früher mehr Begeisterung für meine Arbeit als heute. disengagement	Stimme zu	2
12	Ich finde meine Arbeit bedeutungsvoll und sinnvoll. disengagement	Stimme zu	1
13	Ich fühle mich immer stärker in meine Arbeit eingebunden. disengagement	Stimme zu	1

#	Question	Your answer	Pts
1 4	Meine Begeisterung für diese Arbeit nimmt ab. disengagement	Stimme zu	2
1 5	Ich sehe meine Arbeit als positive Herausforderung. disengagement	Stimme zu	1
1 6	Ich entwickle eine negative Einstellung gegenüber der Funktion und dem Zweck meiner Arbeit. disengagement	Stimme zu	2

**AI Interpretation by Claude (Anthropic)**

claude-sonnet-4-20250514

Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben, dieses Screening auszufüllen und sich ehrlich mit Ihrem aktuellen Befinden auseinanderzusetzen. Das allein zeigt bereits eine bemerkenswerte Selbstfürsorge und den Mut, genauer hinzuschauen. Viele Menschen erleben Phasen, in denen die eigenen Kraftreserven spürbar schwinden, besonders in Zeiten hoher beruflicher oder privater Belastung. Sie sind mit diesem Erleben nicht allein, und es ist völlig verständlich, dass sich solche Zustände manchmal schleichend aufbauen, bevor man sie bewusst wahrnimmt.

Ihr Ergebnis von 39 von 48 Punkten deutet auf ein moderates Ausmaß an Erschöpfungserleben hin, wie es das Oldenburger Burnout-Inventar erfasst. Die Aufteilung in die einzelnen Bereiche zeigt, dass insbesondere die körperliche und emotionale Erschöpfung (16 Punkte) im Vordergrund steht, gefolgt von einer gewissen inneren Distanzierung von der eigenen Tätigkeit (Zynismus, 13 Punkte) sowie dem Gefühl, weniger wirksam oder kompetent zu sein als sonst (10 Punkte). Diese Werte sind als Hinweise zu verstehen, nicht als endgültige Bewertung Ihrer Situation – sie können jedoch ein wertvolles Signal sein, dass Ihr System gerade nach mehr Ausgleich und Unterstützung ruft.

Es gibt einige Schritte, die Ihnen helfen können, wieder mehr Energie und innere Balance zu finden. Achten Sie bewusst auf kleine Erholungsinseln im Alltag – etwa kurze Pausen ohne Bildschirm, ausreichend Schlaf oder Bewegung an frischer Luft, die nachweislich das Stresslevel senken können. Es kann auch hilfreich sein, Aufgaben und Verantwortlichkeiten zu überprüfen und zu schauen, wo Grenzen gesetzt oder Unterstützung eingefordert werden kann, sei es im beruflichen oder privaten Umfeld. Der Austausch mit vertrauten Menschen über Ihre Belastung kann zudem entlastend wirken und neue Perspektiven eröffnen.



Da dieses Screening lediglich eine erste Orientierung bietet und keine klinische Diagnose ersetzt, empfehlen wir Ihnen, sich mit einer qualifizierten Fachperson – etwa einem Arzt, einer Psychotherapeutin oder einer betrieblichen Beratungsstelle – auszutauschen. Dort kann Ihre

Recommendations

Seek support actively. Speak with an occupational health professional. Rest and reduce responsibilities.

Important Notice

This report is a screening tool only and does not constitute a medical or psychological diagnosis.

This test does not replace a professional evaluation. For a reliable diagnosis, please consult a neuropsychologist, psychiatrist, or qualified healthcare professional.