

Dutch version of the Parental Burnout Assessment

(PBA; original version: Roskam, Brianda, & Mikolajczak, 2018; <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00758/full>)

This is a Dutch version of the PBA, suitable for use in Flanders (the Dutch-speaking part of Belgium). The translation was made by Charlotte Schrooyen and checked by Bart Soenens and Wim Beyers. A paper using this version of the PBA (in which psychometric properties and associations with variables from the nomological network of parental burn-out will be reported) is currently in preparation. Below are references to a number of conference presentations in which this version of the PBA was used:

- Schrooyen, C., Beyers, W., & Soenens, B. (2019, December). The strength of a clear parental identity on feelings of parental burnout: a dyadic perspective between both parents. Oral paper presentation conducted at the 1st International Conference on Parental Burnout (IIPB), Louvain-la-Neuve, Belgium.
- Schrooyen, C., Beyers, W., & Soenens, B. (2019, August/September). How to avoid that parenting burns you out: on the importance of having a clear identity as a parent. In *Papers 59 - Parenting, parental acceptance/rejection and psychological distress*. Oral paper presentation conducted at the 19th European Conference on Developmental Psychology (ECDP), Athens, Greece.
- Schrooyen, C., Beyers, W., Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2019, May). Parental burnout: The unique and interactive effects of general psychological need satisfaction, need frustration and parental identity. Poster presented at the 7th International Self-Determination Theory Conference (SDT2019), Egmond aan Zee, the Netherlands.

A first draft of the validation paper will be prepared by Charlotte Schrooyen, Wim Beyers, and Bart Soenens. This version of the paper will then be sent to Lesley Verhofstadt, who was involved in the data collection of the Flemish part of the IIPB, and to Isabelle Roskam and Moïra Mikolajczak, who coordinate the IIPB. They will have the opportunity to provide feedback on the paper and to be co-authors.

GEVOELENS VAN OUDERS

Kinderen zijn een belangrijke bron van voldoening en plezier voor hun ouders. Tegelijkertijd kunnen ze ook een bron van uitputting zijn voor sommige ouders. Dat spreekt elkaar niet tegen: voldoening en uitputting kunnen naast elkaar bestaan en het is mogelijk om van je kind te houden maar je ook uitgeput te voelen in je rol als ouder.

De onderstaande vragenlijst gaat over het gevoel van uitputting dat ouders kunnen ervaren. **Kies het antwoord dat het beste aansluit bij uw eigen gevoel.** Er zijn geen goede of foute antwoorden. Als u dit gevoel nooit heeft gehad, kies "Nooit". Als u dit gevoel wel heeft gehad, geef dan aan hoe vaak u dit voelt, van "Een paar keer per jaar" tot "Elke dag".

	1	2	3	4	5	6	7				
	Nooit	Een paar keer per jaar	Eén keer per maand of minder	Een paar keer per maand	Eén keer per week	Een paar keer per week	Elke dag				
1.	Ik ben zo afgemat door mijn rol als ouder dat slapen niet genoeg lijkt te zijn				1	2	3	4	5	6	7
2.	Ik heb het gevoel dat ik als vader/moeder de richting ben kwijtgeraakt				1	2	3	4	5	6	7
3.	Ik voel me volledig uitgeput door mijn rol als ouder				1	2	3	4	5	6	7
4.	Ik heb helemaal geen energie om voor mijn kind(eren) te zorgen				1	2	3	4	5	6	7
5.	Ik denk dat ik niet meer de goede vader/moeder ben die ik eerder was voor mijn kind(eren)				1	2	3	4	5	6	7
6.	Ik kan niet meer tegen mijn rol als vader/moeder				1	2	3	4	5	6	7
7.	Ik heb het gevoel dat ik als ouder niet nog meer aankan				1	2	3	4	5	6	7
8.	Ik heb de indruk dat ik op automatische piloot voor mijn kind(eren) zorg				1	2	3	4	5	6	7
9.	Ik heb het gevoel dat ik echt op ben als ouder				1	2	3	4	5	6	7
10.	Als ik 's ochtends opsta en een nieuwe dag moet beginnen met mijn kind(eren), voel ik me al uitgeput nog voor ik eraan begonnen ben				1	2	3	4	5	6	7
11.	Ik geniet er niet van om bij mijn kind(eren) te zijn				1	2	3	4	5	6	7
12.	Ik heb het gevoel dat ik het niet aankan als ouder				1	2	3	4	5	6	7
13.	Ik zeg tegen mezelf dat ik niet meer de ouder ben die ik eerder ben geweest				1	2	3	4	5	6	7
14.	Ik doe wat ik moet doen voor mijn kind(eren), maar niets meer				1	2	3	4	5	6	7
15.	Mijn rol als ouder gebruikt al mijn energie op				1	2	3	4	5	6	7
16.	Ik kan het niet meer aan om een ouder te zijn				1	2	3	4	5	6	7
17.	Ik schaam me voor de ouder die ik geworden ben				1	2	3	4	5	6	7
18.	Ik ben niet meer trots op mezelf als ouder				1	2	3	4	5	6	7

19.	Ik heb de indruk dat ik niet meer mezelf ben in de omgang met mijn kind(eren)	1	2	3	4	5	6	7
20.	Het lukt me niet meer om mijn kind(eren) te laten zien hoeveel ik van hem/haar/hen hou	1	2	3	4	5	6	7
21.	Ik vind het vermoeiend als ik alleen al denk aan alles wat ik voor mijn kind(eren) moet doen	1	2	3	4	5	6	7
22.	Los van de dagelijkse routines (autoritjes, bedtijd, eten) lukt het me niet om een inspanning te doen voor mijn kind(eren)	1	2	3	4	5	6	7
23.	Ik sta in overlevingsmodus in mijn rol als ouder	1	2	3	4	5	6	7

Exhaustion subschaal: items: 1, 3, 4, 8, 9, 10, 15, 21, 23

Contrast subschaal : items 2, 5, 13, 17, 18, 19

Saturation subschaal : items 6, 7, 11, 12, 16

Distancing subschaal: items 14, 20, 22

Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the measurement of parental burn-out: the Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology, 9*, 758. doi: 10.3389/fpsyg.2018.00758