FABQ

Questionnaire des croyances d’évitement liées à la peur (FABQ)

Le FABQ est un questionnaire d’auto-évaluation utilisé pour repérer et quantifier les croyances d’évitement liées à la peur chez les personnes présentant surtout une lombalgie ou une douleur musculosquelettique. Il explore l’idée selon laquelle l’activité physique et le travail risqueraient d’aggraver la douleur ou la lésion, ce qui favorise l’évitement, la limitation fonctionnelle, l’incapacité et parfois le maintien de la douleur chronique. L’outil est particulièrement utile en psychologie de la douleur, en rééducation et dans l’évaluation des facteurs de risque psychosociaux dits « yellow flags », notamment pour apprécier le risque de chronicisation, de handicap et de difficultés de retour au travail.

Nombre de questions	16 questions
Durée estimée	5 minutes
Langue	Français
Nom original	Fear-Avoidance Beliefs Questionnaire
Public cible	Adulte lombalgique
Auteurs	Gordon Waddell, M. Newton, I. Henderson, D. Somerville, C. J. Main (1993)

Aperçu des 16 questions

Ma douleur a été provoquée par l'activité physique

0 - Absolument pas d'accord avec la phrase | 1 | 2 | 3 - Partiellement d'accord avec la phrase | 4 | 5 | 6 - Complètement d'accord avec la phrase

L'activité physique aggrave ma douleur

0 - Absolument pas d'accord avec la phrase | 1 | 2 | 3 - Partiellement d'accord avec la phrase | 4 | 5 | 6 - Complètement d'accord avec la phrase

L'activité physique pourrait abîmer mon dos

0 - Absolument pas d'accord avec la phrase | 1 | 2 | 3 - Partiellement d'accord avec la phrase | 4 | 5 | 6 - Complètement d'accord avec la phrase

Je ne voudrais pas faire d'activités physiques qui peuvent ou qui pourraient aggraver ma douleur

0 - Absolument pas d'accord avec la phrase | 1 | 2 | 3 - Partiellement d'accord avec la phrase | 4 | 5 | 6 - Complètement d'accord avec la phrase

Je ne devrais pas avoir d'activités physiques qui peuvent ou qui pourraient aggraver ma douleur

0 - Absolument pas d'accord avec la phrase | 1 | 2 | 3 - Partiellement d'accord avec la phrase | 4 | 5 | 6 - Complètement d'accord avec la phrase

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Chaque item est coté de 0 à 6, de « totalement en désaccord » à « totalement d'accord ». La cotation standard repose surtout sur deux sous-échelles : activité physique (items 2, 3, 4 et 5 ; score 0 à 24) et travail (items 6, 7, 9, 10, 11, 12 et 15 ; score 0 à 42). Les items 1, 8, 13, 14 et 16 ne sont pas inclus dans le score standard. Des scores plus élevés traduisent des croyances d'évitement plus marquées, associées à un risque accru d'incapacité, de limitation fonctionnelle et de difficultés de reprise d'activité ou de travail.

Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

“La cotation automatique me fait gagner un temps fou et mes patients sont nettement plus enclins à remplir les questionnaires.”

Samia T. - Psychologue en ligne