

Skala for tilfredsstillelse og frustrasjon av grunnleggende psykologiske behov (BPNSFS)

BPNSFS brukes til å kartlegge tilfredsstillelse og frustrasjon av grunnleggende psykologiske behov ifølge selvbestemmelsesteorien. Den måler tre grunnleggende behov: autonomi, kompetanse og tilhørighet. Verktøyet bidrar til å forstå den motivasjonsmessige dynamikken som påvirker psykologisk velvære.

Antall spørsmål	24 spørsmål
Estimert tid	15 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Basic Psychological Needs Satisfaction and Frustration Scale
Målgruppe	Ungdom, voksne
Forfattere	Van der Kaap-Deeder, J., Soenens, B., Ryan, R. M., & Vansteenkiste, M (2015)
Kategori	Generelt

Forhåndsvisning av de 24 spørsmålene

Jeg føler at jeg har valgmuligheter og frihet i det jeg foretar meg.

1 - Ikke sant i det hele tatt | 2 | 3 | 4 | 5 - Helt sant

Det meste av det jeg gjør, føles som noe jeg «må».

1 - Ikke sant i det hele tatt | 2 | 3 | 4 | 5 - Helt sant

Jeg føler at de jeg bryr meg om, også bryr seg om meg.

1 - Ikke sant i det hele tatt | 2 | 3 | 4 | 5 - Helt sant

Jeg føler meg utestengt fra gruppen jeg ønsker å høre til.

1 - Ikke sant i det hele tatt | 2 | 3 | 4 | 5 - Helt sant

Jeg føler meg trygg på at jeg kan gjøre ting bra.

1 - Ikke sant i det hele tatt	2	3	4	5 - Helt sant

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Leddene skåres på en Likert-skala, fra «Ikke sant i det hele tatt» til «Helt sant». Høye skårer på tilfredsstillelse indikerer positivt velvære, mens høye skårer på frustrasjon kan indikere mistrivsel eller psykisk belastning.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis

Se alle spørreskjemaene

★★★★★

“Mentaal er blitt en uunnværlig hjelp til å strukturere kartleggingene mine og få en dypere klinisk forståelse av pasientene mine.”

Nolwenn P. - KAT-psykolog