

Spørreskjema om kroppslige fornemmelser (BSQ)

Spørreskjema om kroppslige fornemmelser (BSQ) er et verktøy for å måle intensiteten og hyppigheten av de kroppslige fornemmelsene som personer forbinder med angst. Det kartlegger den somatiske frykten som ofte ses hos pasienter med panikklidelse og andre angstlidelser.

Antall spørsmål	17 spørsmål
Estimert tid	4 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Body Sensations Questionnaire
Målgruppe	Voksne
Forfattere	David L. Chambless (1984)
Kategori	Angst

Forhåndsvisning av de 17 spørsmålene

Angi hvor redd du er for denne kroppslige fornemmelsen:

Hjertebank

Ikke redd i det hele tatt | Litt redd | Moderat redd | Svært redd | Ekstremt redd

Angi hvor redd du er for denne kroppslige fornemmelsen:

Trykk eller tyngdefølelse i brystet

Ikke redd i det hele tatt | Litt redd | Moderat redd | Svært redd | Ekstremt redd

Angi hvor redd du er for denne kroppslige fornemmelsen:

Nummenhet i armer eller bein

Ikke redd i det hele tatt | Litt redd | Moderat redd | Svært redd | Ekstremt redd

Angi hvor redd du er for denne kroppslige fornemmelsen:

Prikking i fingertuppene

Ikke redd i det hele tatt | Litt redd | Moderat redd | Svært redd | Ekstremt redd

Angi hvor redd du er for denne kroppslige fornemmelsen:

Nummenhet i en annen del av kroppen

Ikke redd i det hele tatt | Litt redd | Moderat redd | Svært redd | Ekstremt redd

Skåring og tolkning

Hvert ledd vurderes på en Likert-skala (fra 0 til 4). Høy skår indikerer større sensitivitet for angstskapende kroppslige fornemmelser. Resultatene kan brukes til å identifisere bestemte behandlingsmål eller til å følge endringer i løpet av behandlingen.