

Spørreskjema om sug etter mat, trekkversjon (FCQ-T)

FCQ-T er et flerdimensjonalt selvrapporteringsskjema som måler den vanlige tendensen til intenst sug etter mat. Det utforsker ikke bare hvor ofte suget oppstår, men også påtrengende tanker om mat, forventninger om glede eller følelsesmessig lindring, tap av kontroll, utløsere i omgivelsene, den fysiologiske komponenten og tilhørende skyldfølelse. Det er særlig nyttig i klinisk psykologi og i forskning på spiseforstyrrelser, overspising, fedme og impulsiv spiseatferd.

Antall spørsmål	39 spørsmål
Estimert tid	5 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Food Cravings Questionnaire-Trait
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Antonio Cepeda-Benito, David H. Gleaves, Tara L. Williams, Stephen A. Erath (2000)
Kategori	Spiseforstyrrelser

Forhåndsvisning av de 39 spørsmålene

Når jeg får sug etter noe, vet jeg at jeg ikke klarer å slutte å spise når jeg først har begynt.

1 - Aldri | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Alltid

Hvis jeg spiser det jeg har sug etter, mister jeg ofte kontrollen og spiser for mye.

1 - Aldri | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Alltid

Sug etter mat får meg alltid til å tenke på måter å få tak i det jeg vil spise på.

1 - Aldri | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Alltid

Jeg føler at jeg har mat i tankene hele tiden.

1 - Aldri | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Alltid

Jeg merker at jeg er opptatt av mat.

1 - Aldri	2	3	4	5	6 - Alltid

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

Hvert ledd skåres fra 1 til 6, fra aldri eller ikke aktuelt til alltid. Totalskåren finnes ved å summere de 39 svarene. Ingen ledd skåres reversert. Totalskåren ligger mellom 39 og 234, og høyere skår indikerer hyppigere, sterkere og mer påtrengende sug etter mat. Den opprinnelige versjonen gjør det også mulig å beregne skårer for ni kliniske dimensjoner: intensjoner om å spise, forventning om positiv forsterkning, lindring av negativ affekt, tap av kontroll, opptatthet av mat, fysiologisk tilstand, følelser, utløsende signaler og skyldfølelse. Det finnes ingen allment akseptert diagnostisk cut-off-verdi for den fullstendige versjonen, så tolkningen må bygge på den kliniske konteksten, normative sammenligninger der slike finnes, og endring hos personen over tid.

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 har virkelig forenklet praksisen min på nett, takket være automatisk skåring og smidig utsending av skjemaer.”

Basile R. - Klinisk psykolog