

Hvorfor bekymre seg? (WW-II)

Spørreskjemaet Hvorfor bekymre seg? (WW-II) kartlegger positive antakelser om bekymring ved å identifisere de funksjonene personen kan tillegge den (problemløsning, motivasjon, forebygging osv.). Det gjør det mulig for psykologer å forstå bedre hvordan pasientene oppfatter og begrunner bekymringene sine. Verktøyet gjør dermed klinisk utforskning og tilpasning av terapeutiske strategier rettet mot angst og grubling lettere.

Antall spørsmål	25 spørsmål
Estimert tid	6 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Why Worry?
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Gosselin, P., Ladouceur, R., Langlois, F., Freeston, M. H., Dugas, M. J., & Bertrand, J. (2003)
Kategori	Angst

Forhåndsvisning av de 25 spørsmålene

Angi hvor sann denne påstanden virker for deg:

Hvis jeg ikke bekymret meg, ville jeg vært sorgløs og uansvarlig.

Ikke sant i det hele tatt | Litt sant | Ganske sant | Svært sant | Helt sant

Angi hvor sann denne påstanden virker for deg:

Hvis jeg bekymrer meg, blir jeg mindre opprørt når uventede ting skjer.

Ikke sant i det hele tatt | Litt sant | Ganske sant | Svært sant | Helt sant

Angi hvor sann denne påstanden virker for deg:

Jeg bekymrer meg for å vite hva jeg skal gjøre.

Ikke sant i det hele tatt | Litt sant | Ganske sant | Svært sant | Helt sant

Angi hvor sann denne påstanden virker for deg:

Hvis jeg bekymrer meg på forhånd, blir jeg mindre skuffet hvis noe alvorlig skjer.

Ikke sant i det hele tatt | Litt sant | Ganske sant | Svært sant | Helt sant

Angi hvor sann denne påstanden virker for deg:

Å bekymre meg hjelper meg med å planlegge hva jeg skal gjøre for å løse et problem.

Ikke sant i det hele tatt | Litt sant | Ganske sant | Svært sant | 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

Skåringen av spørreskjemaet Hvorfor bekymre seg? bygger på en svarskala fra 1 (ikke sant i det hele tatt) til 5 (helt sant). Delskårene beregnes ved å legge sammen svarene på leddene som hører til hver av de fem dimensjonene (problemløsning omfatter for eksempel ledd 3, 5, 9, 14 og 21). Psykologen får dermed fem atskilte skårer som gjenspeiler positive antakelser om bekymring, noe som gjør det mulig å identifisere hvilke funksjoner pasienten i størst grad tillegger den. Tolkningen bygger deretter på en sammenligning av disse delskårene for å identifisere de dominerende kognitive mekanismene.

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

★★★★★

"Jeg har brukt Mentaal i 2 måneder nå, og dette verktøyet har revolusjonert både synet mitt på behandling og timeplanen min!"

 Romane L. - KAT-psykolog på nett