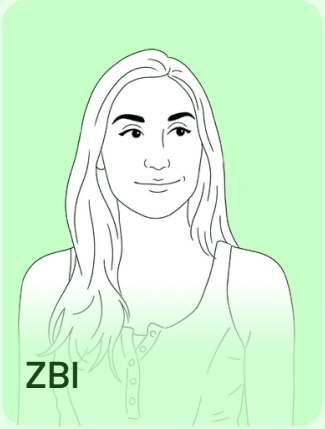


Zarits belastningsskala (ZBI)

Zarits belastningsskala er et standardisert kartleggingsverktøy som måler den emosjonelle, fysiske, sosiale og økonomiske belastningen pårørende til pleietrengende personer opplever. Den brukes særlig ved nevrokognitive lidelser som Alzheimers sykdom og gjør det mulig for psykologen å tallfeste hvordan omsorgsoppgavene konkret påvirker hverdagen. I klinisk praksis (geriatri, nevropsykologi, psykiatri) brukes verktøyet til å gi retning til samtalen, screene for risiko for utbrenthet og følge endringer i belastningen over tid for å vurdere effekten av støttetiltak.

Antall spørsmål	22 spørsmål
Estimert tid	10 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Zarit Burden Interview
Målgruppe	Voksne pårørende
Forfattere	Steven H. Zarit, Judy M. Reever, Julie Bach-Peterson (1980)
Kategori	Generelt

Forhåndsvisning av de 22 spørsmålene

Føler du at den du har omsorg for, ber om mer hjelp enn vedkommende trenger?

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ganske ofte | Nesten alltid

Føler du at du ikke har nok tid til deg selv på grunn av tiden du bruker sammen med den du har omsorg for?

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ganske ofte | Nesten alltid

Føler du deg stresset av å skulle kombinere omsorgsoppgavene med andre forpliktelser i familien eller på jobben?

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ganske ofte | Nesten alltid

Føler du deg flau over oppførselen til den du har omsorg for?

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ganske ofte | Nesten alltid

Føler du deg sint når du er sammen med den du har omsorg for?

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ganske ofte | Nesten 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 på en skala fra 0 til 4, vanligvis fra «Aldri» til «Nesten alltid». Totalskåren får man ved å summere de 22 svarene, med en totalskår mellom 0 og 88. Høyere skår viser større belastning hos den pårørende. De vanligste terskelverdiene er: 0—20 liten eller ingen belastning, 21—40 lett til moderat belastning, 41—60 moderat til alvorlig belastning, 61—88 alvorlig belastning. Tolkningen må være klinisk og ta hensyn til familiesituasjonen, omsorgsmottakerens grad av hjelpebehov og den pårørendes psykiske tilstand.

Bruk

Dette verktøyet er ikke tilgjengelig på Mentaal. For å bruke dette spørreskjemaet i praksisen din må du ha en gyldig lisens. Vi anbefaler at du sender det direkte fra utgiverens nettsted.

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