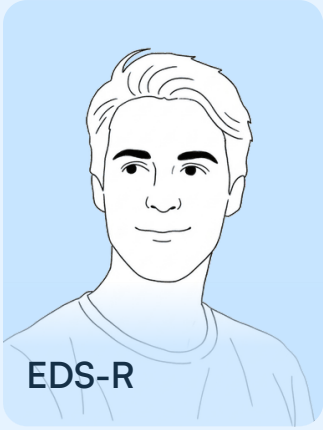



# Herziene schaal voor sportafhankelijkheid (EDS-R)

De Exercise Dependence Scale-Revised (EDS-R) is een zelfrapportagevragenlijst die gedrag en symptomen van afhankelijkheid van lichaamsbeweging in kaart brengt. De vragenlijst wordt vooral gebruikt in klinische settings en in onderzoek om dwangmatig gedrag rond overmatige lichamelijke activiteit beter te begrijpen, met name bij sporters of mensen die intensief sporten.

| | |
|---|---|
| Aantal vragen | 21 vragen |
| Geschatte duur | 5 minuten |
| Taal | Nederlands |
| Oorspronkelijke naam | Exercise Dependence Scale - Revised |
| Categorie | Verslaving |

## Voorbeeld van de 21 vragen

Ik doe aan een of meer lichamelijke activiteiten om niet prikkelbaar te worden.

1 - Nooit | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Altijd

Ik blijf sporten ondanks terugkerende lichamelijke klachten.

1 - Nooit | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Altijd

Ik verhoog steeds de intensiteit van mijn lichamelijke activiteit om de effecten of voordelen te bereiken die ik wil.

1 - Nooit | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Altijd

Het lukt me niet om de tijd die ik aan lichamelijke activiteit besteed te verminderen.

1 - Nooit | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Altijd

Ik doe liever deze activiteit (deze activiteiten) dan tijd door te brengen met mijn familie of vrienden.

1 - Nooit | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Altijd

### Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

## Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Betrouwbare en relevante metingen om de psychische toestand van mijn patiënten beter in kaart te brengen”

 Jeroen S. - Arbeidspsycholoog