

Vragenlijst voor de beoordeling van seizoenspatronen (SPAQ)

De SPAQ is een zelfrapportagevragenlijst om te screenen op de seizoensgebonden affectieve stoornis (SAD) en op andere seizoensgebonden schommelingen in stemming en gedrag. De vragenlijst meet de frequentie en intensiteit van schommelingen in stemming, slaap, eetlust, gewicht, energie en sociale activiteit in relatie tot de seizoenen.

Aantal vragen	6 vragen
Geschatte duur	10 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Seasonal Pattern Assessment Questionnaire
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	Norman E. Rosenthal, David A. Sack, Joseph C. Gillin, Anna Lewy, Fred K. Goodwin, Tom A. Davenport, P. S. Mueller (1984)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 6 vragen

In welke mate veranderen de volgende aspecten met de seizoenen?

Slaapduur

Geen verandering | Lichte verandering | Matige verandering | Duidelijke verandering | Zeer duidelijke verandering

In welke mate veranderen de volgende aspecten met de seizoenen?

Sociale activiteit

Geen verandering | Lichte verandering | Matige verandering | Duidelijke verandering | Zeer duidelijke verandering

In welke mate veranderen de volgende aspecten met de seizoenen?

Stemming (algemeen gevoel van welbevinden)

Geen verandering | Lichte verandering | Matige verandering | Duidelijke verandering | Zeer duidelijke verandering

In welke mate veranderen de volgende aspecten met de seizoenen?

Gewicht

Geen verandering | Lichte verandering | Matige verandering | Duidelijke verandering | Zeer duidelijke verandering

In welke mate veranderen de volgende aspecten met de seizoenen?

Eetlust

Geen verandering | Lichte verandering | Matige verandering | Duidelijke verandering | Zeer duidelijke verandering

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 ›

Scoring en interpretatie

De globale seizoensgebondenheidsscore wordt verkregen door de afzonderlijke scores van de 6 hoofddomeinen op te tellen. Een score boven 11 wijst op een duidelijke seizoensgebondenheid en kan duiden op een seizoensgebonden affectieve stoornis. Andere aanvullende vragen helpen de diagnose te verduidelijken.

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