

Wielowymiarowy inwentarz zmęczenia (MFI-20)

MFI-20 to kwestionariusz samoopisowy służący do wielowymiarowej oceny zmęczenia u dorosłych. Mierzy pięć uzupełniających się składowych: zmęczenie ogólne, zmęczenie fizyczne, zmęczenie psychiczne, obniżoną aktywność i obniżoną motywację. Krótka forma pozwala szybko określić profil zmęczenia, co jest przydatne w psychologii klinicznej, psychoonkologii, medycynie behawioralnej i opiece nad osobami z chorobami przewlekłymi. Jest szczególnie przydatny, gdy celem jest nie tylko oszacowanie ogólnego nasilenia zmęczenia, ale też określenie jego dominujących form i wpływu na funkcjonowanie. Narzędzie jest szeroko stosowane w badaniach i praktyce w celach przesiewowych, w ocenie wstępnej i monitorowaniu zmian.

Liczba pytań	20 pytań
Szacowany czas	5 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Multidimensional Fatigue Inventory
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Ellen M. A. Smets, Bert Garssen, Benno Bonke, Hanneke C. J. M. de Haes (1995)
Kategoria	Ogólne

Podgląd 20 pytań

Ostatnio:

Czuję się w dobrej formie.

Tak, to prawda | 2 | 3 | 4 | Nie, to nieprawda

Ostatnio:

Fizycznie czuję, że jestem w stanie zrobić niewiele.

Tak, to prawda | 2 | 3 | 4 | Nie, to nieprawda

Ostatnio:

Czuję się bardzo aktywny(-a).

Tak, to prawda | 2 | 3 | 4 | Nie, to nieprawda

Ostatnio:

Mam ochotę robić różne przyjemne rzeczy.

Tak, to prawda | 2 | 3 | 4 | Nie, to nieprawda

Ostatnio:

Czuję się zmęczony(-a).

Tak, to prawda | 2 | 3 | 4 | Nie, to nieprawda

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

Każdą pozycję ocenia się na skali od 1 do 5. Dziesięć pozycji sformułowanych pozytywnie należy przed obliczeniem punktować odwrotnie: pozycje 2, 5, 9, 10, 13, 14, 16, 17, 18 i 19. Wyniki oblicza się, sumując pięć 4-pozycyjnych podskal: zmęczenie ogólne, zmęczenie fizyczne, obniżona aktywność, obniżona motywacja i zmęczenie psychiczne. Każda podskala mieści się w zakresie od 4 do 20. Wysoki wynik wskazuje na większe zmęczenie w danym wymiarze. Sumując podskale, można też uzyskać wynik ogólny od 20 do 100, ale interpretacja kliniczna jest zwykle bardziej użyteczna, gdy opiera się na profilu pięciu wymiarów, a nie na samym wyniku ogólnym.

Korzystanie

To narzędzie nie jest dostępne na platformie Mentaal. Aby korzystać z tego kwestionariusza w swojej praktyce, musisz mieć ważną licencję. Zachęcamy do wysłania go bezpośrednio ze strony wydawcy.

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo | Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Na początku byłam sceptyczna, a dziś nie potrafię się już obejść bez tego narzędzia w swojej praktyce.”

 Elodie C. - Psycholog CBT