

Frågeformulär om kontroll över ångest (ACQ)

ACQ är ett självskattningsinstrument som mäter en persons upplevda förmåga att kontrollera ångestrelaterade händelser, inre reaktioner och situationer. Det bedömer en av nyckelfaktorerna i utvecklingen och vidmakthållandet av ångestsyndrom, särskilt känslan av att inte kunna påverka sin ångest.

Antal frågor	30 frågor
Beräknad tid	10 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Anxiety Control Questionnaire
Målgrupp	Vuxna
Författare	Steven L. Rapee, David H. Barlow (1992)
Kategori	Ångest

Förhandsgranskning av de 30 frågorna

Jag kan oftast undvika hot ganska lätt.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer inte riktigt | Instämmer något | Instämmer till stor del | Instämmer helt

Hur väl jag klarar svåra situationer beror på om jag får hjälp utifrån.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer inte riktigt | Instämmer något | Instämmer till stor del | Instämmer helt

När jag utsätts för stress är det troligt att jag tappar kontrollen.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer inte riktigt | Instämmer något | Instämmer till stor del | Instämmer helt

Jag kan oftast hindra min ångest från att synas.

Instämmer inte alls | Instämmer inte | Instämmer inte riktigt | Instämmer något | Instämmer till stor del | Instämmer helt

När något skrämmer mig finns det i allmänhet inget jag kan göra.

Instämmer inte alls	Instämmer inte	Instämmer inte riktigt	Instämmer något	Instämmer till stor del	Instämmer helt

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

Varje item skattas på en skala av likerttyp och poängen summeras till en samlad poäng för upplevd kontroll. En hög poäng tyder på större upplevd kontroll över ångesten. Tolkningen grundar sig vanligen på delskalepoängen och totalpoängen.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt

Se alla formulär

★★★★★

“Den automatiska poängsättningen sparar enormt mycket tid åt mig, och mina patienter är betydligt mer villiga att fylla i formulären.”

Sara A. - Psykolog online