FABQ

Frågeformulär om föreställningar kring rädsla och undvikande (FABQ)

FABQ är ett självskattningsformulär som används för att identifiera och kvantifiera föreställningar om rädsla och undvikande, främst hos personer med ländryggssmärta eller muskuloskeletal smärta. Det undersöker föreställningen att fysisk aktivitet och arbete kan förvärra smärta eller skada, vilket främjar undvikande, funktionsbegränsning, funktionsnedsättning och ibland kvarstående kronisk smärta. Instrumentet är särskilt användbart inom smärtpsykologi, rehabilitering och bedömning av psykosociala riskfaktorer, så kallade ”gula flaggor”, särskilt för att uppskatta risken för kronicitet, funktionsnedsättning och svårigheter att återgå till arbetet.

Antal frågor	16 frågor
Beräknad tid	5 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Fear-Avoidance Beliefs Questionnaire
Målgrupp	Vuxna med ländryggssmärta
Författare	Gordon Waddell, M. Newton, I. Henderson, D. Somerville, C. J. Main (1993)

Förhandsgranskning av de 16 frågorna

Min smärta orsakades av fysisk aktivitet

0 - Instämmer inte alls | 1 | 2 | 3 - Osäker | 4 | 5 | 6 - Instämmer helt

Fysisk aktivitet förvärrar min smärta

0 - Instämmer inte alls | 1 | 2 | 3 - Osäker | 4 | 5 | 6 - Instämmer helt

Fysisk aktivitet kan skada min rygg

0 - Instämmer inte alls | 1 | 2 | 3 - Osäker | 4 | 5 | 6 - Instämmer helt

Jag bör inte utföra fysiska aktiviteter som (kanske) förvärrar min smärta

0 - Instämmer inte alls | 1 | 2 | 3 - Osäker | 4 | 5 | 6 - Instämmer helt

Jag kan inte utföra fysiska aktiviteter som (kanske) förvärrar min smärta

0 - Instämmer inte alls	1	2	3 - Osäker	4	5	6 - 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 poängsätts från 0 till 6, från ”håller inte alls med” till ”håller helt med”. Standardpoängsättningen bygger främst på två delskalor: fysisk aktivitet (item 2, 3, 4 och 5, poäng 0 till 24) och arbete (item 6, 7, 9, 10, 11, 12 och 15, poäng 0 till 42). Item 1, 8, 13, 14 och 16 ingår inte i standardpoängen. Högre poäng speglar starkare undvikandeföreställningar, förknippade med ökad risk för funktionsnedsättning, funktionsbegränsning och svårigheter att återuppta aktivitet eller arbete.

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.”

Samia T. - Psykolog online