


# Flerdimensionellt formulär om relationen till kroppen (MBSRQ)

MBSRQ är ett självskattningsinstrument som mäter kroppsuppfattning, attityder och tillfredsställelse inom olika aspekter. Det ger en flerdimensionell bedömning av attityder till den egna kroppen och innehåller delskalor för utseende, tillfredsställelse med kroppsform, uppmärksamhet på utseendet, hälsooro och andra komponenter. Instrumentet används i stor utsträckning i forskning om kroppsbild och i kliniska sammanhang för att bedöma störningar i kroppsbilden.

| | |
|---|---|
| Antal frågor | 69 frågor |
| Beräknad tid | 15 minuter |
| Språk | Svenska |
| Originalnamn | Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire |
| Målgrupp | Vuxna, ungdomar |
| Författare | Thomas F. Cash (1990) |
| Kategori | Kroppsuppfattning |

## Förhandsgranskning av de 69 frågorna

Innan jag går ut bland folk lägger jag alltid märke till hur jag ser ut.

Instämmer absolut inte | Instämmer till största delen inte | Varken eller | Instämmer till största delen | Instämmer helt

Jag är noga med att köpa kläder som gör att jag ser så bra ut som möjligt.

Instämmer absolut inte | Instämmer till största delen inte | Varken eller | Instämmer till största delen | Instämmer helt

Jag skulle klara de flesta konditionstester.

Instämmer absolut inte | Instämmer till största delen inte | Varken eller | Instämmer till största delen | Instämmer helt

Det är viktigt för mig att ha överlägsen fysisk styrka.

Instämmer absolut inte | Instämmer till största delen inte | Varken eller | Instämmer till största delen | Instämmer helt

Min kropp är sexuellt tilltalande.

| Instämmer absolut inte | Instämmer till största delen inte | Varken eller | Instämmer till största delen | 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 fråga skattas på en skala av Likerttyp, vanligen från 1 till 5. Poängen summeras för varje delskala för att ge ett mått på olika aspekter av relationen till kroppen. Höga eller låga poäng på vissa delskalor kan tyda på en positiv eller negativ kroppsbild.


## 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