

Formulär om attityder till problem (QAP)

Formuläret om attityder till problem (QAP) är ett verktyg som används för att bedöma en persons attityder inför problem. Det hjälper till att förstå hur en person närmar sig, undviker eller löser de svårigheter personen möter i olika sammanhang.

Antal frågor	12 frågor
Beräknad tid	3 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Problem Attitude Questionnaire
Målgrupp	Vuxna
Författare	Gosselin, P., Pelletier O., & Ladouceur, R. (2001)
Kategori	Allmänt

Förhandsgranskning av de 12 frågorna

Ange i vilken utsträckning påståendet stämmer med hur du brukar reagera:

Jag upplever problem som ett hot mot mitt välbefinnande.

Stämmer inte alls | Stämmer lite | Stämmer ganska bra | Stämmer mycket bra | Stämmer helt

Ange i vilken utsträckning påståendet stämmer med hur du brukar reagera:

Jag tvivlar ofta på min förmåga att lösa problem.

Stämmer inte alls | Stämmer lite | Stämmer ganska bra | Stämmer mycket bra | Stämmer helt

Ange i vilken utsträckning påståendet stämmer med hur du brukar reagera:

Ofta, redan innan jag försökt hitta en lösning, säger jag till mig själv att det är svårt att lösa problemet.

Stämmer inte alls | Stämmer lite | Stämmer ganska bra | Stämmer mycket bra | Stämmer helt

Ange i vilken utsträckning påståendet stämmer med hur du brukar reagera:

De problem jag ställs inför verkar ofta oöverstigliga.

Stämmer inte alls	Stämmer lite	Stämmer ganska bra	Stämmer mycket bra	Stämmer helt

Ange i vilken utsträckning påståendet stämmer med hur du brukar reagera:

När jag försöker lösa ett problem ifrågasätter jag ofta min förmåga.

Stämmer inte alls	Stämmer lite	Stämmer ganska bra	Stämmer mycket bra	Stämmer helt

Poängsättning och tolkning

Poängsättningen görs genom att varje fråga ges ett värde på en femgradig Likertskala, från 1 ”Stämmer inte alls” till 5 ”Stämmer helt”, för att spegla i vilken utsträckning varje påstående stämmer med personens attityd till problem.

Poängen på dessa 12 frågor summeras sedan till en totalpoäng, där hög poäng anger en markant negativ inställning till problem.