

Brief Illness Perception Questionnaire (Brief IPQ)

Vennligst sett en ring rundt det tallet som best samsvarer med din mening om de følgende spørsmålene.

Hvor mye påvirker dine ryggplager livet ditt?

Ingen påvirkning

Voldsom påvirkning

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvor lenge tror du at dine ryggplager vil vare?

Svært kort tid

For alltid

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvor mye kontroll føler du at du har over dine ryggplager?

Absolutt ingen kontroll

Svært stor kontroll

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvor mye mener du at behandlingen din kan hjelpe mot dine ryggplager?

Ikke i det hele tatt

Svært hjelpsom

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvor mye opplever du symptomer fra dine ryggplager?

Ingen symptomer

Mange alvorlige

i det hele tatt

symptomer

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvor bekymret er du angående dine ryggplager?

Ikke bekymret

Svært bekymret

i det hele tatt

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvor godt føler du at du forstår dine ryggplager?

Forstår ikke i det hele tatt

Forstår svært godt

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvor mye påvirker dine ryggplager deg følelsesmessig? (dvs gjør deg sint, redd, urolig eller deprimeret?)

Ikke påvirket følelsesmessig

Svært påvirket

i det hele tatt

følelsesmessig

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vennligst skriv ned i rekkefølge de tre viktigste faktorene som du tror forårsaket dine ryggplager.

De aller viktigste årsaker for meg:

1. _____
2. _____
3. _____

©Alle rettigheter. For tillatelse til å bruke skalaen kontakt lizbroadbent@clear.net.nz.

Norsk oversettelse Børge Sivertsen og Odd E. Havik, 2004.