

Spørgeskema om undgåelsesadfærd efter traumatisk hjerneskade (FAB-TBI)

Instruktion: Venligst vurder, hvor enig du er i hver af disse udsagn, når de har været relevante for dig i løbet af den sidste måned.

		Meget uenig	Uenig	Enig	Meget enig
1	Jeg har sat dele af mit liv på standby				
2	Jeg har undgået mine sædvanlige aktiviteter				
3	Jeg kan ikke udføre aktiviteter der måske forværrer mine symptomer				
4	Mit arbejde kan skade min hjerne				
5	Jeg bør ikke udføre mit normale arbejde med mine nuværende symptomer				
6	Min hovedpine fortæller mig, at jeg fejler noget farligt				
7	Jeg er bekymret for, at det medfører hovedpine, når jeg skal tænke eller koncentrerer mig for meget				
8	Mine hovedpiner er en fare for mit hoved og min hjerne resten af mit liv.				
9	Jeg undgår bevidst at udføre aktiviteter, der kan give hovedpine				
10	Jeg er bange for, at jeg kan forværre min hovedpine ved at koncentrere mig for meget eller være for mental aktiv				
11	Jeg ville ikke have så mange smerter, hvis der ikke foregik noget potentielt farligt i mit hoved				
12	Jeg undgår eksterne påmindelser om en stressende oplevelse (fx mennesker, steder, samtaler, aktiviteter, objekter eller situationer)				
13	Jeg stopper med det jeg er i gang med, når mine symptomer begynder at blive værre				
14	Hvis jeg ved, at noget vil forværre mine symptomer, undgår jeg at gøre det				
15	På grund af mine symptomer bruger jeg mere tid på at hvile end at lave aktiviteter				
16	De fleste dage afholder symptomerne mig fra at gøre særligt meget.				