

**CPAQ-8**

Nedan finner du ett antal påståenden. Skatta hur sant varje påstående är för dig genom att ringa in en siffra. Använd skalan nedan för att göra dina val.

Exempel: Om du anser att ett påstående är "alltid sant" ringar du in siffran sex.

0	1	2	3	4	5	6
Aldrig sant	Mycket sällan sant	Sällan sant	Sant ibland	Ofta sant	Nästan alltid sant	Alltid sant

1	Jag fortsätter att leva som vanligt oavsett hur mycket smärta jag har.	0	1	2	3	4	5	6
2	Även om saker har förändrats lever jag ett normalt liv trots min kroniska smärta.	0	1	2	3	4	5	6
3	Jag lever ett fullvärdigt liv trots att jag har kronisk smärta.	0	1	2	3	4	5	6
4	Att hålla min smärta under kontroll har högsta prioritet när jag gör något.	0	1	2	3	4	5	6
5	Innan jag kan göra upp några bestämda planer måste jag få viss kontroll över min smärta.	0	1	2	3	4	5	6
6	När min smärta ökar kan jag fortfarande sköta det jag har ansvar för.	0	1	2	3	4	5	6
7	Jag undviker att sätta mig i situationer där smärtan skulle kunna öka.	0	1	2	3	4	5	6
8	Min oro och rädsla över vad smärtan kan göra mig är sann.	0	1	2	3	4	5	6



Information för dig som använder CPAQ-8:

Instrumentet kan användas fritt, vi uppskattar dock att bli informerade om/när det används klinisk eller och för forskning. Skicka mail till graciela.rovner@neuro.gu.se
Också är du välkommen med frågor.

Refereras som: Rovner, G.; Årestedt, K.; Gerdle, B.; Börsbo, B. & McCracken, LM, (2013). Psychometric properties of the 8-item Chronic Pain Acceptance Questionnaire (CPAQ - 8) in a Swedish Chronic Pain Cohort. [Journal of Rehabilitation Medicine](#). 45: 00–00

Beräkning

Engagemang i aktivitet

Summa av fråga: 1, 2, 3, 6

Villighet att ha smärta

Omvänd summa av fråga: 4, 5, 7, 8

Omvänd= dvs 0 räknas som 6, 1 räknas som 5, 2 räknas som 4, 3 räknas som 3 och tvärtom)

Totalsumma: Engagemang + villighet

