

Multidimensional Fatigue Inventory

*** MFI-20 ***

Vejledning:

Ved hjælp af de følgende udsagn vil vi gerne have et indtryk af, hvordan De har haft det i den senere tid. Der er f.eks. udsagnet:

“JEG FØLER MIG AFSLAPPET”

Hvis De mener, at det er fuldstændigt rigtigt, dvs., at De har følt Dem afslappet i den senere tid, så skal De sætte kryds i det yderste venstre felt; sådan:

ja, det er rigtigt	☒	☐	☐	☐	☐	nej, det er ikke rigtigt
-----------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-----------------------------

Jo mere De er uenig i udsagnet, jo mere i retning af "nej, det er ikke rigtigt" skal De placere krydset. De bedes venligst tage stilling til alle udsagnene, og sætte et kryds ud for hvert udsagn.

- | | | | | | | | | |
|----|---|-----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 1. | Jeg føler mig veloplagt | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |
| 2. | Fysisk kan jeg ikke gøre ret meget | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |
| 3. | Jeg føler mig meget aktiv | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |
| 4. | Jeg har lyst til at gøre alle mulige rare ting | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |
| 5. | Jeg føler mig træt | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |
| 6. | Jeg synes, jeg laver meget på en dag | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |
| 7. | Når jeg laver noget, kan jeg fastholde
tankerne på det | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |
| 8. | Fysisk kan jeg overkomme meget | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |
| 9. | Jeg gruer for at skulle lave noget | ja, det er
rigtigt | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | nej, det er
ikke rigtigt |

- | | | | | | | | | | |
|-----|--|-----------------------|--|--|--|--|--|--|-----------------------------|
| 10. | Jeg synes, jeg laver meget lidt på en dag | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 11. | Jeg kan sagtens koncentrere mig | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 12. | Jeg er udhvilet | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 13. | Jeg skal anstrenge mig meget for at koncentrere mig om noget | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 14. | Fysisk føler jeg mig i dårlig form | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 15. | Jeg har mange planer | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 16. | Jeg bliver nemt træt | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 17. | Jeg får næsten ikke lavet noget | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 18. | Jeg har ikke lyst til at lave noget | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 19. | Jeg bliver let adspredt | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |
| 20. | Fysisk føler jeg mig i vældig god form | ja, det er
rigtigt | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | | | nej, det er
ikke rigtigt |
| | | | | | | | | | |

Mange tak for Deres medvirken.