

Falls Efficacy Scale-International Version (FES-I) (nicht validierte deutsche Version)

Die wichtigsten Konzepte zur Erfassung von Stürzen sind Sturzangst („fear of falling“) und Selbstwirksamkeit („self-efficacy“). Die FES-I erfasst in 10 Items die Selbstwirksamkeit bei Stürzen.

Der Fragebogen FES-I besteht aus 16 Items, in denen die Bedenken in Bezug auf verschiedene Aktivitäten und Stürze erhoben werden. Die Items 1–10 stellen Modifikationen der Originalitems der FES dar. Die Items 11–16 wurden neu hinzugefügt und erfassen soziale Aspekte sowie komplexere funktionelle Aktivitäten. Die Antworten sind vierfach gestuft (1=keinerlei Bedenken; 2=einige Bedenken; 3=ziemliche Bedenken und 4=sehr große Bedenken).

Der Fragebogen kann als Selbstauskunftsbogen oder als strukturiertes Interview durchgeführt werden.

Name: _____

Datum: _____

Wir würden Ihnen gerne einige Fragen darüber stellen, welche Bedenken Sie haben hinzufallen, wenn Sie bestimmte Aktivitäten ausführen. Bitte denken Sie nochmal darüber nach, wie Sie diese Aktivität normalerweise ausführen. Wenn Sie die Aktivität zur Zeit nicht ausführen (z.B. wenn jemand Ihren Einkauf erledigt), geben Sie bitte (trotzdem) eine Antwort um anzuzeigen, ob Sie Bedenken hätten zu stürzen, wenn Sie die Aktivität ausführen würden.

Markieren Sie bitte diejenige Angabe, die am ehesten Ihrem eigenen Empfinden entspricht, um anzuzeigen, welche Bedenken Sie haben zu stürzen, wenn Sie diese Aktivität ausüben.

Aktivitäten	Keinerlei Bedenken 1	Einige Bedenken 2	Ziemliche Bedenken 3	Sehr große Bedenken 4
1. Hausputz (kehren, Staubsagen, Staub wischen)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
2. An- oder Ausziehen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
3. Einfache Mahlzeiten kochen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
4. Baden oder duschen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
5. Einkaufen gehen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
6. Von einem Stuhl aufstehen oder hinsetzen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
7. Eine Treppe hinauf oder hinunter steigen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>

8. In der Nähe der Wohnung umhergehen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
9. Etwas oberhalb des Kopfes oder auf dem Boden erreichen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
10. Das Telefon erreichen, bevor es aufhört zu klingeln	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
11. Auf einer rutschigen Oberfläche gehen (Eis, nasser Boden)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
12. Freund oder Verwandten besuchen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
13. In einer Menschenmenge gehen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
14. Gehen auf unebenem Boden (Kopfsteinpflaster, Waldweg)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
15. Steigung hinauf oder Gefälle hinunter gehen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
16. Eine Veranstaltung besuchen (Gottesdienst, Sportveranstaltung)	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>

Quelle:

Dias N, Kempen GIJM, Todd CJ, Beyer N, Freiburger E, Piot-Ziegler C, Yardley L, Hauer K. Die Deutsche Version der Falls Efficacy Scale-International Version (FES-I). Z Gerontol Geriat. 2006; 39: 297–300.

Tinetti ME, Richman D, Powell L. Falls efficacy as a measure of fear of falling. J Gerontol. 1990; 45(6): 239-43.