ISS

Skala zur internalisierten Scham (ISS)

Die Internalized Shame Scale (ISS) erfasst das Ausmaß internalisierter Scham einer Person, mit Schwerpunkt auf chronischen Gefühlen von Scham und Unzulänglichkeit. Sie wird vor allem im klinischen Kontext eingesetzt, um Probleme im Zusammenhang mit Selbstwert, sozialer Angst und Bindungsstörungen zu erkennen.

Anzahl der Fragen	30 Fragen
Geschätzte Dauer	10 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Internalized Shame Scale
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Dan W. Cook (1987)
Kategorie	Allgemein

Vorschau der 30 Fragen

Ich habe das Gefühl, nie ganz gut genug zu sein.

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Fast immer

Ich fühle mich irgendwie ausgeschlossen.

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Fast immer

Ich glaube, dass andere auf mich herabsehen.

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Fast immer

Alles in allem neige ich dazu, mich für erfolgreich zu halten.

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Fast immer

Ich beschimpfe mich und mache mich selbst schlecht.

Nie | Selten | Manchmal | Oft | Fast immer

Auswertung und Interpretation

Die Items werden auf einer fünfstufigen Likert-Skala bewertet (von „nie“ bis „fast immer“). Die Werte werden aufsummiert; ein hoher Wert weist auf eine ausgeprägte internalisierte Scham hin. Einige Items werden umgepolt.