

Skala zur Einschätzung der sozialen Phobie (SPRS)

Die Skala zur Einschätzung der sozialen Phobie (SPRS) ist ein Testverfahren zur Messung der Intensität einer sozialen Phobie. Sie ist leicht verständlich und einfach auszufüllen und hilft, die Auswirkungen der Phobie auf die alltäglichen Aktivitäten der Person einzuschätzen. Das Instrument wird insbesondere in der therapeutischen Verlaufskontrolle eingesetzt, um die Entwicklung der Symptome über die Zeit zu messen.

Anzahl der Fragen	32 Fragen
Geschätzte Dauer	8 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Social Phobia Rating Scale
Zielgruppe	Jugendliche und Erwachsene
Autor:innen	Wells, A. (1997)
Kategorie	Phobien, Angst

Vorschau der 32 Fragen

Wie sehr hat Ihre soziale Angst Sie in der vergangenen Woche belastet?

0/10 - Überhaupt nicht | 1/10 | 2/10 | 3/10 | 4/10 | 5/10 - Mäßig | 6/10 | 7/10 | 8/10 | 9/10 | 10/10 - So schlimm wie noch nie

Wie sehr haben Sie in der vergangenen Woche soziale Situationen wegen Ihrer Angst vermieden?

0 % - Überhaupt nicht | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % - Die Hälfte der Zeit | 60 % | 70 % | 80 % | 90 % | 100 % - Die ganze Zeit

Wie verlegen haben Sie sich in der vergangenen Woche in schwierigen sozialen Situationen gefühlt?

0/10 - Überhaupt nicht | 1/10 | 2/10 | 3/10 - Mäßig | 4/10 | 5/10 | 6/10 | 7/10 - Extrem verlegen | 8/10 | 9/10 | 10/10 - So schlimm wie noch nie

Geben Sie an, wie oft Sie Folgendes tun, wenn Sie sozial ängstlich sind:

Wenig sagen

0 % - Überhaupt nicht | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % - Die Hälfte der Zeit | 60 % | 70 % | 80 % | 90 % | 100 % - Die ganze Zeit

Geben Sie an, wie oft Sie Folgendes tun, wenn Sie sozial ängstlich sind:

Langsam atmen

0 % - Überhaupt nicht | 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % - Die Hälfte der Zeit | 60 % | 70 % | 80 % | 90 % | 100 % - Die ganze Zeit

Auswertung und Interpretation

Der Fragebogen umfasst mehrere Items zur vergangenen Woche, die erfassen, wie belastend die soziale Angst war, inwieweit soziale Situationen vermieden wurden und wie viel Unbehagen in schwierigen sozialen Situationen empfunden wurde. Jedes Item wird auf einer numerischen Skala bewertet, bei einigen als Prozentangabe von 0 % bis 100 %. Der Gesamtwert ergibt sich aus der Summe der Antworten auf die einzelnen Items und liefert einen Gesamtindex (%) für das Ausmaß der sozialen Phobie im betrachteten Zeitraum. Je höher der Wert, desto schwerer die soziale Phobie.