FIS

Escala de Miedo a la Intimidad (FIS)

La Escala de Miedo a la Intimidad (FIS) es un cuestionario autoaplicado diseñado para medir la incomodidad, la evitación y la ansiedad asociadas a la cercanía emocional en las relaciones significativas. Explora la dificultad para compartir los propios pensamientos, emociones y vulnerabilidades con una persona cercana, en particular en una relación íntima. Este instrumento resulta útil para evaluar las dificultades interpersonales, los estilos de apego inseguro, la evitación emocional y algunos problemas de pareja. La FIS no establece un diagnóstico por sí sola, pero aporta un indicador pertinente del nivel de miedo a la intimidad y de apertura emocional.

Número de preguntas	35 preguntas
Duración estimada	10 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Fear of Intimacy Scale
Población destinataria	Adolescentes y adultos
Autores	Cheryl J. Descutner, Deborah J. Thelen (1991)
Categoría	Relación de pareja

Vista previa de las 35 preguntas

Imagine que mantiene una relación sentimental estrecha; «O» se refiere a la persona con la que tendría esa relación.

Me sentiría incómodo/a contándole a O cosas del pasado de las que me he avergonzado.

Nada característico de mí | Ligeramente característico de mí | Moderadamente característico de mí | Muy característico de mí | Extremadamente característico de mí

Imagine que mantiene una relación sentimental estrecha; «O» se refiere a la persona con la que tendría esa relación.

Me sentiría intranquilo/a hablando con O de algo que me ha herido profundamente.

Nada característico de mí | Ligeramente característico de mí | Moderadamente característico de mí | Muy característico de mí | Extremadamente característico de mí

Imagine que mantiene una relación sentimental estrecha; «O» se refiere a la persona con la que tendría esa relación.

Me sentiría cómodo/a expresándole a O mis verdaderos sentimientos.

Nada característico de mí | Ligeramente característico de mí | Moderadamente característico de mí | Muy característico de mí | Extremadamente característico de mí

Imagine que mantiene una relación sentimental estrecha; «O» se refiere a la persona con la que tendría esa relación.

Si O estuviera disgustado/a, a veces me daría miedo mostrarle que me importa.

Nada característico de mí | Ligeramente característico de mí | Moderadamente característico de mí | Muy característico de mí | Extremadamente característico de mí

Imagine que mantiene una relación sentimental estrecha; «O» se refiere a la persona con la que tendría esa relación.

Puede que me diera miedo confiarle a O mis sentimientos más íntimos.

Nada característico de mí | Ligeramente característico de mí | Moderadamente característico de mí | Muy característico de mí | Extremadamente característico de mí

Corrección e interpretación

Cada ítem se puntúa en una escala tipo Likert, generalmente de 1 a 5. La puntuación total se obtiene sumando o promediando las respuestas tras invertir los ítems formulados en el sentido de la comodidad relacional, según la versión utilizada. Una puntuación alta indica un mayor miedo a la intimidad, con más evitación emocional y más dificultades para la autorrevelación en una relación cercana. La interpretación es dimensional, ya que no existe un punto de corte diagnóstico universal.