FIS

Scala della paura dell'intimità (FIS)

La Fear of Intimacy Scale (FIS) è un questionario di autovalutazione pensato per misurare il disagio, l'evitamento e l'ansia associati alla vicinanza emotiva nelle relazioni significative. Esplora la difficoltà di condividere i propri pensieri, le proprie emozioni e le proprie vulnerabilità con una persona vicina, in particolare in una relazione intima. Questo strumento è utile per valutare le difficoltà interpersonali, gli stili di attaccamento insicuri, l'evitamento emotivo e alcune problematiche di coppia. La FIS non consente da sola di porre una diagnosi, ma fornisce un indicatore rilevante del livello di paura dell'intimità e di apertura emotiva.

Numero di domande	35 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Fear of Intimacy Scale
Destinatari	Adolescenti e adulti
Autori	Cheryl J. Descutner, Deborah J. Thelen (1991)
Categoria	Problemi di coppia

Anteprima delle 35 domande

Immagini di essere in una relazione sentimentale stretta. 'O' indica la persona che sarebbe in relazione stretta con Lei.

Mi sentirei a disagio a raccontare a O cose del passato di cui mi sono vergognato/a.

Per niente caratteristico di me | Poco caratteristico di me | Moderatamente caratteristico di me | Molto caratteristico di me | Estremamente caratteristico di me

Immagini di essere in una relazione sentimentale stretta. 'O' indica la persona che sarebbe in relazione stretta con Lei.

Mi sentirei a disagio a parlare con O di qualcosa che mi ha ferito profondamente.

Per niente caratteristico di me | Poco caratteristico di me | Moderatamente caratteristico di me | Molto caratteristico di me | Estremamente caratteristico di me

Immagini di essere in una relazione sentimentale stretta. 'O' indica la persona che sarebbe in relazione stretta con Lei.

Mi sentirei a mio agio nell'esprimere a O i miei veri sentimenti.

Per niente caratteristico di me | Poco caratteristico di me | Moderatamente caratteristico di me | Molto caratteristico di me | Estremamente caratteristico di me

Immagini di essere in una relazione sentimentale stretta. 'O' indica la persona che sarebbe in relazione stretta con Lei.

Se O fosse turbato/a, a volte avrei paura di mostrare che mi importa.

Per niente caratteristico di me | Poco caratteristico di me | Moderatamente caratteristico di me | Molto caratteristico di me | Estremamente caratteristico di me

Immagini di essere in una relazione sentimentale stretta. 'O' indica la persona che sarebbe in relazione stretta con Lei.

Potrei avere paura di confidare a O i miei sentimenti più intimi.

Per niente caratteristico di me | Poco caratteristico di me | Moderatamente caratteristico di me | Molto caratteristico di me | Estremamente caratteristico di me

Scoring e interpretazione

Ogni item è valutato su una scala di tipo Likert, generalmente da 1 a 5. Il punteggio totale si ottiene sommando le risposte o facendone la media, dopo aver invertito gli item formulati nel senso della facilità relazionale, a seconda della versione utilizzata. Un punteggio elevato indica una maggiore paura dell'intimità, con più evitamento emotivo e più difficoltà nell'apertura di sé in una relazione stretta. L'interpretazione è dimensionale, poiché non esiste un cut-off diagnostico universale.