

Questionario sui comportamenti protettivi nel disturbo d'ansia generalizzata (GAD-SBQ)

Il GAD-SBQ è uno strumento di autovalutazione concepito per individuare e misurare i comportamenti protettivi associati specificamente al disturbo d'ansia generalizzata. Le persone ricorrono spesso a questi comportamenti per ridurre l'ansia percepita, ma paradossalmente possono mantenere o peggiorare i sintomi ansiosi nel lungo periodo.

Numero di domande	10 domande
Durata stimata	2 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Questionnaire of Safety Behaviors for Generalized Anxiety Disorder
Destinatari	Adulti
Autori	Marcotte-Beaumier, G., Hebert, E. A., & Dugas, M. J. (2020)
Categoria	Ansia

Anteprima delle 10 domande

Evito spesso situazioni il cui esito potrebbe essere negativo.

Es.: evitare di andare a mangiare in un ristorante nuovo.

Per nulla tipico di me | Un po' tipico di me | Moderatamente tipico di me | Abbastanza tipico di me | Estremamente tipico di me

Rifaccio o modifico ripetutamente compiti che ho già terminato.

Es.: riprendere un progetto già finito e apportarvi modifiche.

Per nulla tipico di me | Un po' tipico di me | Moderatamente tipico di me | Abbastanza tipico di me | Estremamente tipico di me

Cerco molte informazioni per sentirmi rassicurato/a.

Es.: controllare le notizie sul traffico per sapere se c'è stato un incidente sul percorso del/della mio/a partner.

Per nulla tipico di me | Un po' tipico di me | Moderatamente tipico di me | Abbastanza tipico di me | Estremamente tipico di me

Evito di impegnarmi pienamente in un lavoro, un progetto o una relazione perché non sono certo/a di come andrà.

Es.: rifiutare di partecipare a un progetto ambizioso sul lavoro.

Per nulla tipico di me | Un po' tipico di me | Moderatamente tipico di me | Abbastanza tipico di me | Estremamente tipico di me

Cerco costantemente rassicurazioni a causa delle mie preoccupazioni.

Es.: chiedere al/alla mio/a partner di rassicurarmi sulle mie preoccupazioni riguardo alla nostra relazione.

Per nulla tipico di me | Un po' tipico di me | Moderatamente tipico di me | Abbastanza tipico di me | Estremamente tipico di me

Somministra i tuoi questionari online

Invia un link al tuo paziente: risponde dal telefono o dal computer e ricevi i risultati con i punteggi via email.

Vedi il questionario su mentaal.org ›

Scoring e interpretazione

Ogni domanda è valutata su una scala Likert. I punteggi vengono sommati per determinare il ricorso ai comportamenti protettivi. Un punteggio elevato suggerisce un forte ricorso a questi comportamenti, che può essere indice di una maggiore gravità dei sintomi di ansia generalizzata.

Sei psicologo/a?

Con Mentaal hai a disposizione informazioni preziose per accompagnare i tuoi pazienti.

- Test standardizzati
- Scoring automatico
- Risultati ricevuti via email

Prova gratis | Vedi tutti i questionari

★★★★★

“Scettica all'inizio, ora non posso più fare a meno di questo strumento nella mia pratica.”

 Federica M. - Psicologa cognitivo-comportamentale