SPAQ

Questionario di valutazione dell'andamento stagionale (SPAQ)

Lo SPAQ è un questionario di autovalutazione utilizzato per lo screening del disturbo affettivo stagionale (SAD) e di altre variazioni stagionali dell'umore e del comportamento. Misura la frequenza e l'intensità delle variazioni di umore, sonno, appetito, peso, energia e attività sociale in relazione alle stagioni.

Numero di domande	6 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Seasonal Pattern Assessment Questionnaire
Destinatari	Adulti
Autori	Norman E. Rosenthal, David A. Sack, Joseph C. Gillin, Anna Lewy, Fred K. Goodwin, Tom A. Davenport, P. S. Mueller (1984)
Categoria	Generale

Anteprima delle 6 domande

In che misura i seguenti aspetti cambiano con le stagioni?

Durata del sonno

Nessun cambiamento | Lieve cambiamento | Cambiamento moderato | Cambiamento marcato | Cambiamento estremamente marcato

In che misura i seguenti aspetti cambiano con le stagioni?

Attività sociale

Nessun cambiamento | Lieve cambiamento | Cambiamento moderato | Cambiamento marcato | Cambiamento estremamente marcato

In che misura i seguenti aspetti cambiano con le stagioni?

Umore (sensazione generale di benessere)

Nessun cambiamento | Lieve cambiamento | Cambiamento moderato | Cambiamento marcato | Cambiamento estremamente marcato

In che misura i seguenti aspetti cambiano con le stagioni?

Peso

Nessun cambiamento | Lieve cambiamento | Cambiamento moderato | Cambiamento marcato | Cambiamento estremamente marcato

In che misura i seguenti aspetti cambiano con le stagioni?

Appetito

Nessun cambiamento | Lieve cambiamento | Cambiamento moderato | Cambiamento marcato | Cambiamento estremamente marcato

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

Il punteggio globale di stagionalità si ottiene sommando i punteggi dei 6 domini principali. Un punteggio superiore a 11 indica una stagionalità marcata e può far pensare a un disturbo affettivo stagionale. Altre domande complementari aiutano a precisare la diagnosi.

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