

Scala di alessitimia di Toronto (TAS-20)

La TAS-20 è un questionario di autovalutazione concepito per valutare l'alessitimia, ossia la difficoltà a identificare ed esprimere le proprie emozioni. Comprende 3 dimensioni: difficoltà a identificare i sentimenti, difficoltà a descrivere i sentimenti e pensiero orientato all'esterno.

Numero di domande	20 domande
Durata stimata	5 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Toronto Alexithymia Scale
Autori	Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Parker, J. D. A. (1994)

Anteprima delle 20 domande

Spesso non riesco a capire con chiarezza i miei sentimenti.

Completamente in disaccordo | Piuttosto in disaccordo | Né d'accordo né in disaccordo | Piuttosto d'accordo | Completamente d'accordo

Faccio fatica a trovare le parole giuste per esprimere i miei sentimenti.

Completamente in disaccordo | Piuttosto in disaccordo | Né d'accordo né in disaccordo | Piuttosto d'accordo | Completamente d'accordo

Provo sensazioni fisiche che nemmeno i medici riescono a spiegare.

Completamente in disaccordo | Piuttosto in disaccordo | Né d'accordo né in disaccordo | Piuttosto d'accordo | Completamente d'accordo

Riesco a descrivere facilmente i miei sentimenti.

Completamente in disaccordo | Piuttosto in disaccordo | Né d'accordo né in disaccordo | Piuttosto d'accordo | Completamente d'accordo

Preferisco analizzare i problemi piuttosto che limitarmi a descriverli.

Completamente in disaccordo | Piuttosto in disaccordo | Né d'accordo né in disaccordo | Piuttosto d'accordo | Completamente d'accordo

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

Lo scoring della TAS-20 si basa su una scala di tipo Likert a 5 punti, con ogni item valutato da 1 (fortemente in disaccordo) a 5 (fortemente d'accordo). È importante notare che cinque item (4, 5, 10, 18 e 19) sono invertiti e vanno ricodificati prima di calcolare il punteggio complessivo.

Il punteggio totale si ottiene sommando le risposte ai 20 item dopo aver ricodificato gli item invertiti. Questo punteggio complessivo può variare da 20 a 100: un punteggio elevato indica un livello maggiore di alessitimia.

Il questionario è suddiviso in 3 sottoscale corrispondenti alle tre dimensioni principali dell'alessitimia:

- Fattore I: difficoltà a identificare i sentimenti (item 1, 3, 6, 7, 9, 13 e 14)
- Fattore II: difficoltà a descrivere i sentimenti (item 2, 4, 11, 12 e 17)
- Fattore III: pensiero orientato all'esterno (item 5, 8, 10, 15, 16, 18, 19 e 20).

L'interpretazione del punteggio si basa su cut-off clinici definiti:

- Un punteggio totale compreso tra 20 e 51 indica assenza di alessitimia.
- Un punteggio compreso tra 52 e 60 suggerisce una possibile alessitimia.
- Un punteggio compreso tra 61 e 100 indica la presenza di alessitimia.

Infine, il sottopunteggio più alto tra i tre fattori indica la dimensione specifica in cui la persona valutata incontra maggiori difficoltà. Questo aiuta a orientare l'analisi clinica e a perfezionare gli interventi terapeutici.

Utilizzo

Questo strumento non è disponibile su Mentaal. Per usare questo questionario nella tua pratica devi disporre di una licenza d'uso valida. Ti invitiamo a inviarlo direttamente dal sito dell'editore.

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

★★★★★

“Valutazioni affidabili e pertinenti per comprendere meglio lo stato psicologico dei miei pazienti”

 Benjamin G. - Psicologo del lavoro