WBSI

Inventario di soppressione dell'orso bianco (WBSI)

Il WBSI è un questionario di autovalutazione che misura la tendenza di una persona a sopprimere deliberatamente i pensieri indesiderati. È spesso utilizzato per valutare i processi cognitivi legati alla soppressione del pensiero, che possono essere coinvolti nei disturbi d'ansia e nei disturbi ossessivo-compulsivi. Il nome si riferisce al celebre esperimento di Daniel Wegner in cui i partecipanti, invitati a non pensare a un orso bianco, finivano paradossalmente per pensarci di più.

Numero di domande	15 domande
Durata stimata	5 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	White Bear Suppression Inventory
Destinatari	Adulti
Autori	Daniel M. Wegner, David R. Schneider, Samuel R. Carter, Tonya White (1987)
Categoria	DOC, Ansia

Anteprima delle 15 domande

Ci sono cose a cui preferisco non pensare.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Neutro o non so | D'accordo | Fortemente d'accordo

A volte mi chiedo perché abbia i pensieri che ho.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Neutro o non so | D'accordo | Fortemente d'accordo

Ho pensieri che non riesco a fermare.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Neutro o non so | D'accordo | Fortemente d'accordo

Mi vengono in mente immagini che non riesco a cancellare.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Neutro o non so | D'accordo | Fortemente d'accordo

I miei pensieri tornano spesso a una stessa idea.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Neutro o non so | D'accordo | Fortemente d'accordo

Scoring e interpretazione

Le risposte sono date su una scala Likert a 5 punti, da "Fortemente in disaccordo" a "Fortemente d'accordo". I punteggi dei 15 item vengono sommati per ottenere un punteggio totale. Un punteggio elevato indica una tendenza più forte alla soppressione del pensiero. L'interpretazione tiene conto del punteggio totale e, talvolta, della distribuzione dei punteggi nelle sottodimensioni.