TOSCA-3

Test av selvbevisste følelser (TOSCA-3)

TOSCA-3 er et selvrapporteringsskjema som måler selvbevisste følelsesreaksjoner, som skam, skyld, forlegenhet og stolthet, i møte med ulike tenkte sosiale situasjoner. Det bidrar til å utforske mønstre i følelsesmessige reaksjoner som kan være relevante for klinisk utredning eller for forskning på personlighet, empati eller følelsesregulering.

Antall spørsmål	16 spørsmål
Estimert tid	15 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Test of Self-Conscious Affect
Målgruppe	Voksne, ungdom
Forfattere	June Price Tangney, Ronda L. Dearing, Jeff Stuewig (2000)
Kategori	Generelt

Forhåndsvisning av de 16 spørsmålene

1. Du avtaler å møte en venn til lunsj. Klokken fem innser du at du aldri dukket opp.

a) Du ville tenkt: «Jeg er hensynsløs.»

1 - Lite sannsynlig | 2 | 3 | 4 | 5 - Svært sannsynlig

1. Du avtaler å møte en venn til lunsj. Klokken fem innser du at du aldri dukket opp.

b) Du ville tenkt: «Nå ja, de forstår nok.»

1 - Lite sannsynlig | 2 | 3 | 4 | 5 - Svært sannsynlig

1. Du avtaler å møte en venn til lunsj. Klokken fem innser du at du aldri dukket opp.

c) Du ville tenkt at du burde gjøre det godt igjen så snart som mulig.

1 - Lite sannsynlig | 2 | 3 | 4 | 5 - Svært sannsynlig

1. Du avtaler å møte en venn til lunsj. Klokken fem innser du at du aldri dukket opp.

d) Du ville tenkt: «Sjefen min distraherte meg rett før lunsj.»

1 - Lite sannsynlig | 2 | 3 | 4 | 5 - Svært sannsynlig

2. Du ødelegger noe på jobben og gjemmer det.

a) Du ville tenkt: «Dette gjør meg urolig. Jeg må enten reparere det eller få noen andre til å gjøre det.»

1 - Lite sannsynlig | 2 | 3 | 4 | 5 - Svært sannsynlig

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Hvert scenario etterfølges av flere mulige reaksjoner som vurderes på en Likert-skala. Svarene skåres og summeres deretter etter ulike delskalaer (skam, skyld, stolthet, distansering osv.). Høye skårer på en delskala viser en mer uttalt tendens til å oppleve denne følelsen i hverdagssituasjoner.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

“Mentaal har virkelig forenklet praksisen min på nett, takket være automatisk skåring og smidig utsending av skjemaer.”

Basile R. - Klinisk psykolog