FDS

Schaal voor frustratie en ongemak (FDS)

De FDS is een zelfrapportagevragenlijst die frustratie-intolerantie meet binnen het kader van de rationeel-emotieve gedragstherapie. De vragenlijst onderzoekt hoe iemand mentaal reageert op een belastende emotie, een inspanning, een ergernis, een onrecht of een obstakel voor de eigen doelen dat als moeilijk te verdragen wordt ervaren. De in de klinische psychologie meest gebruikte versie telt 28 items, verdeeld over vier dimensies die nuttig zijn voor klinische screening: emotionele intolerantie, intolerantie voor ongemak, aanspraken (entitlement) en prestatiefrustratie. Het instrument is vooral relevant om de beoordeling van rigide overtuigingen van het type “ik kan er niet tegen” te verfijnen, bepaalde problemen met emotieregulatie, uitstelgedrag, boosheid of stressgevoeligheid te verhelderen en het cognitieve werk in psychotherapie richting te geven.

Aantal vragen	28 vragen
Geschatte duur	8 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Frustration Discomfort Scale
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	Neil Harrington (2005)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 28 vragen

Ik moet de makkelijkste weg om een probleem heen hebben; ik kan er niet tegen het mezelf moeilijk te maken.

Afwezig | Licht | Matig | Sterk | Zeer sterk

Ik kan er niet tegen te moeten wachten op dingen die ik nu zou willen hebben.

Afwezig | Licht | Matig | Sterk | Zeer sterk

Ik moet absoluut zo snel mogelijk van verontrustende gevoelens af zijn; ik verdraag het niet als ze aanhouden.

Afwezig | Licht | Matig | Sterk | Zeer sterk

Ik kan er niet tegen als ik verhinderd word mijn volledige potentieel te bereiken.

Afwezig | Licht | Matig | Sterk | Zeer sterk

Ik kan er niet tegen taken te doen die te moeilijk lijken.

Afwezig | Licht | Matig | Sterk | Zeer sterk

Scoring en interpretatie

Bij standaardgebruik wordt elk item gescoord op een schaal van 1 tot 5, van het laagste tot het hoogste niveau. De totaalscore wordt verkregen door de 28 items op te tellen, met een gebruikelijk bereik van 28 tot 140. Er kunnen ook vier subschaalscores van 7 items worden berekend: intolerantie voor ongemak, aanspraken (entitlement), emotionele intolerantie en prestatiefrustratie. Een hoge score weerspiegelt een grotere intolerantie voor frustratie en ongemak. Er bestaat geen algemeen aanvaarde diagnostische afkapwaarde; de interpretatie berust vooral op het profiel van de subdimensies, de onderlinge vergelijking van de scores en de aansluiting bij het klinische gesprek.