

Test van zelfbewuste emoties (TOSCA-3)

De TOSCA-3 is een zelfrapportagevragenlijst die zelfbewuste emotionele reacties meet, zoals schaamte, schuld, gêne en trots, in reactie op uiteenlopende voorgestelde sociale situaties. De vragenlijst helpt patronen van emotionele reacties te verkennen die relevant kunnen zijn voor klinische diagnostiek of voor onderzoek naar persoonlijkheid, empathie of emotieregulatie.

Aantal vragen	16 vragen
Geschatte duur	15 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Test of Self-Conscious Affect
Doelgroep	Volwassenen, adolescenten
Auteurs	June Price Tangney, Ronda L. Dearing, Jeff Stuewig (2000)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 16 vragen

1. U spreekt af om met een vriend te gaan lunchen. Om 5 uur beseft u dat u hem hebt laten zitten.

a) U zou denken: “Ik ben onattent.”

1 - Niet waarschijnlijk | 2 | 3 | 4 | 5 - Zeer waarschijnlijk

1. U spreekt af om met een vriend te gaan lunchen. Om 5 uur beseft u dat u hem hebt laten zitten.

b) U zou denken: “Nou ja, ze begrijpen het wel.”

1 - Niet waarschijnlijk | 2 | 3 | 4 | 5 - Zeer waarschijnlijk

1. U spreekt af om met een vriend te gaan lunchen. Om 5 uur beseft u dat u hem hebt laten zitten.

c) U zou vinden dat u het zo snel mogelijk met hem goed moet maken.

1 - Niet waarschijnlijk | 2 | 3 | 4 | 5 - Zeer waarschijnlijk

1. U spreekt af om met een vriend te gaan lunchen. Om 5 uur beseft u dat u hem hebt laten zitten.

d) U zou denken: “Mijn baas leidde me vlak voor de lunch af.”

1 - Niet waarschijnlijk | 2 | 3 | 4 | 5 - Zeer waarschijnlijk

2. U maakt op het werk iets kapot en verstopt het daarna.

a) U zou denken: “Dit maakt me zenuwachtig. Ik moet het repareren of iemand anders het laten doen.”

1 - Niet waarschijnlijk | 2 | 3 | 4 | 5 - Zeer waarschijnlijk

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

Elk scenario wordt gevolgd door meerdere mogelijke reacties die op een Likertschaal worden beoordeeld. De antwoorden worden gescoord en vervolgens per subschaal opgeteld (schaamte, schuld, trots, onthechting enz.). Hoge scores op een subschaal wijzen op een sterkere neiging om die emotie in alledaagse situaties te ervaren.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Ik gebruik Mentaal nu 2 maanden en deze tool heeft mijn kijk op de zorg, en mijn agenda, totaal veranderd!”

Romane L. - Online psycholoog (CGT)