

Witte-beerinventaris voor gedachteonderdrukking (WBSI)

De WBSI is een zelfrapportagevragenlijst die meet in hoeverre iemand geneigd is ongewenste gedachten bewust te onderdrukken. De vragenlijst wordt vaak gebruikt om de cognitieve processen rond gedachteonderdrukking te beoordelen, die een rol kunnen spelen bij angststoornissen en obsessieve-compulsieve stoornissen. De naam verwijst naar het bekende experiment van Daniel Wegner, waarin deelnemers die werd gevraagd niet aan een witte beer te denken, er juist vaker aan gingen denken.

Aantal vragen	15 vragen
Geschatte duur	5 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	White Bear Suppression Inventory
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	Daniel M. Wegner, David R. Schneider, Samuel R. Carter, Tonya White (1987)
Categorie	OCS, Angst

Voorbeeld van de 15 vragen

Er zijn dingen waar ik liever niet aan denk.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Neutraal of weet ik niet | Mee eens | Helemaal mee eens

Soms vraag ik me af waarom ik de gedachten heb die ik heb.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Neutraal of weet ik niet | Mee eens | Helemaal mee eens

Ik heb gedachten die ik niet kan stoppen.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Neutraal of weet ik niet | Mee eens | Helemaal mee eens

Er komen beelden in me op die ik niet kan uitwissen.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Neutraal of weet ik niet | Mee eens | Helemaal mee eens

Mijn gedachten keren vaak terug naar één idee.

Helemaal mee oneens | Mee oneens | Neutraal of weet ik niet | Mee eens | Helemaal mee eens

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

De antwoorden worden gegeven op een Likertschaal met 5 punten, van “Helemaal oneens” tot “Helemaal eens”. De scores op de 15 items worden opgeteld tot een totaalscore. Een hoge score wijst op een sterkere neiging tot gedachteonderdrukking. Bij de interpretatie wordt rekening gehouden met de totaalscore en soms met de verdeling van de scores over subdimensies.

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)