

Kwestionariusz doznań cielesnych (BSQ)

Kwestionariusz doznań cielesnych (BSQ) to narzędzie służące do pomiaru nasilenia i częstości doznań cielesnych, które dana osoba wiąże z lękiem. Ocenia lęki somatyczne często obserwowane u pacjentów z zaburzeniem panicznym i innymi zaburzeniami lękowymi.

Liczba pytań	17 pytań
Szacowany czas	4 minuty
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Body Sensations Questionnaire
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	David L. Chambless (1984)
Kategoria	Lęk

Podgląd 17 pytań

Proszę wskazać, jak bardzo boi się Pan/Pani tego doznania:

Kołatanie serca

Wcale się nie boję | Trochę się boję | Umiarkowanie się boję | Bardzo się boję | Skrajnie się boję

Proszę wskazać, jak bardzo boi się Pan/Pani tego doznania:

Ucisk lub uczucie ciężkości w klatce piersiowej

Wcale się nie boję | Trochę się boję | Umiarkowanie się boję | Bardzo się boję | Skrajnie się boję

Proszę wskazać, jak bardzo boi się Pan/Pani tego doznania:

Drętwienie rąk lub nóg

Wcale się nie boję | Trochę się boję | Umiarkowanie się boję | Bardzo się boję | Skrajnie się boję

Proszę wskazać, jak bardzo boi się Pan/Pani tego doznania:

Mrowienie w opuszkach palców

Wcale się nie boję | Trochę się boję | Umiarkowanie się boję | Bardzo się boję | Skrajnie się boję

Proszę wskazać, jak bardzo boi się Pan/Pani tego doznania:

Drętwienie innych części ciała

Wcale się nie boję | Trochę się boję | Umiarkowanie się boję | Bardzo się boję | Skrajnie się boję

Obliczanie wyników i interpretacja

Każda pozycja jest oceniana na skali Likerta (od 0 do 4). Wysokie wyniki wskazują na większą wrażliwość na lękotwórcze doznania cielesne. Wyniki mogą służyć do określenia konkretnych celów terapii lub do śledzenia zmian w trakcie leczenia.