

Skala lęków (FSS)

Skala lęków (FSS) to kwestionariusz samoopisowy mierzący nasilenie różnych lęków irracjonalnych lub fobicznych w sześciu ogólnych kategoriach (zwierzęta, sytuacje społeczne, choroba/uraz ciała, hałasy, klasyczne fobie, inne lęki). Daje wynik ogólny, ale wskazuje też na specyficzne profile lęków, co czyni ją przydatnym narzędziem do rozpoznawania komponentów fobicznych, na których warto się skupić w terapii ekspozycyjnej.

Liczba pytań	76 pytań
Szacowany czas	19 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Fear Survey Schedule
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Wolpe i Lang (1964)
Kategoria	Fobie

Podgląd 76 pytań

Proszę ocenić, jak bardzo to Pana/Panią niepokoi:

Hałas odkurzacza

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo | Skrajnie

Proszę ocenić, jak bardzo to Pana/Panią niepokoi:

Otwarte rany

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo | Skrajnie

Proszę ocenić, jak bardzo to Pana/Panią niepokoi:

Samotność

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo | Skrajnie

Proszę ocenić, jak bardzo to Pana/Panią niepokoi:

Przebywanie w nieznanym miejscu

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo | Skrajnie

Proszę ocenić, jak bardzo to Pana/Panią niepokoi:

Podniesione głosy

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo | Skrajnie

Obliczanie wyników i interpretacja

Każda pozycja jest oceniana na skali Likerta, na której osoba badana zaznacza poziom strachu odczuwanego w danej sytuacji. Punkty sumuje się następnie, uzyskując wynik całkowity wskazujący na ogólne nasilenie lęków. Analiza wyników cząstkowych pomaga też zrozumieć, które konkretne rodzaje lęku są u pacjenta najbardziej nasilone.