ISS

Skala uwewnętrznionego wstydu (ISS)

Skala uwewnętrznionego wstydu (ISS) ocenia poziom uwewnętrznionego wstydu, ze szczególnym uwzględnieniem chronicznego poczucia wstydu i nieadekwatności. Stosuje się ją głównie w praktyce klinicznej do wykrywania problemów związanych z samooceną, lękiem społecznym i zaburzeniami przywiązania.

Liczba pytań	30 pytań
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Internalized Shame Scale
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Dan W. Cook (1987)
Kategoria	Ogólne

Podgląd 30 pytań

Czuję, że nigdy nie jestem wystarczająco dobry(-a).

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Prawie zawsze

W jakiś sposób czuję się wykluczony(-a).

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Prawie zawsze

Myślę, że ludzie patrzą na mnie z góry.

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Prawie zawsze

Ogólnie rzecz biorąc, jestem skłonny(-a) uważać, że odnoszę sukcesy.

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Prawie zawsze

Krytykuję się i poniżam samego(-ą) siebie.

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Prawie zawsze

Obliczanie wyników i interpretacja

Pozycje ocenia się na 5-stopniowej skali typu Likerta (od „nigdy” do „prawie zawsze”). Punkty sumuje się; wysoki wynik wskazuje na znaczny uwewnętrzniony wstyd. Niektóre pozycje punktuje się odwrotnie.