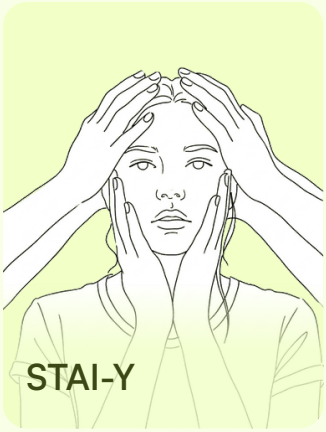


Inwentarz stanu i cechy lęku (STAI-Y)

STAI to uznane narzędzie do oceny poziomu lęku, które odróżnia lęk przejściowy, związany z bieżącą sytuacją (lęk jako stan), od lęku bardziej ogólnego i przewlekłego (lęk jako cecha). Test jest szeroko stosowany w praktyce klinicznej w diagnozie zaburzeń lękowych, a także w badaniach naukowych nad skutkami lęku.

Liczba pytań	40 pytań
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	State-Trait Anxiety Inventory
Grupa docelowa	Dorośli, młodzież
Autorzy	Charles D. Spielberger, R.L. Gorsuch, R.E. Lushene (1970)
Kategoria	Lęk

Podgląd 40 pytań

W tej chwili:

Czuję się spokojny(-a).

Wcale nie | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

W tej chwili:

Czuję się bezpiecznie.

Wcale nie | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

W tej chwili:

Jestem spięty(-a).

Wcale nie | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

W tej chwili:

Czuję się przepracowany(-a).

Wcale nie | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

W tej chwili:

Odczuwam wewnętrzny spokój.

Wcale nie | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

STAI składa się z dwóch podskal po 20 pozycji. Każda pozycja jest oceniana na czterostopniowej skali Likerta. Punkty w każdej podskali sumuje się; wysokie wyniki wskazują na większe nasilenie lęku. Dostępne są normy umożliwiające interpretację wyników w zależności od grupy wiekowej i płci.

Korzystanie

To narzędzie nie jest dostępne na platformie Mentaal. Aby korzystać z tego kwestionariusza w swojej praktyce, musisz mieć ważną licencję. Zachęcamy do wysłania go bezpośrednio ze strony wydawcy.

Przejdź na stronę wydawcy ›

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo

Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Mentaal stał się dla mnie niezastąpionym sprzymierzeńcem, który pomaga uporządkować proces oceny i pogłębić kliniczne rozumienie moich pacjentów.”

 Joanna P. - Psycholog CBT