ExIS

Questionário de ansiedade existencial (ExIS)

O ExIS é um instrumento de autorresposta concebido para medir a ansiedade existencial em diferentes domínios, como o medo da morte, a solidão, o absurdo e a liberdade. Ajuda a identificar a intensidade e as fontes da ansiedade existencial na prática clínica, em particular em adolescentes e jovens adultos.

Número de perguntas	13 perguntas
Duração estimada	5 minutos
Idioma	Português
Nome original	Existential Anxiety Questionnaire
Público-alvo	Adolescentes, adultos
Autores	Carl F. Weems, Lisa E. Costa, Gilda M. Dehon (2004)
Categoria	Ansiedade

Pré-visualização das 13 perguntas

Penso muitas vezes na morte e isso causa-me ansiedade.

Sim Não

O destino não me causa ansiedade porque estou resignado/a a ele.

Sim Não

Sinto-me muitas vezes ansioso/a porque me preocupa que a vida possa não ter sentido.

Sim Não

Não me preocupo nem penso em ser culpado/a.

Sim Não

Sinto-me muitas vezes ansioso/a devido a sentimentos de culpa.

Sim Não

Cotação e interpretação

Cada item é cotado numa escala de tipo Likert que vai geralmente de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente). Uma pontuação total mais elevada reflete um nível mais elevado de ansiedade existencial. A interpretação pode basear-se na pontuação global ou em subdomínios, consoante a distribuição dos itens.