ISS

# Escala de vergonha interiorizada (ISS)

A ISS avalia o nível de vergonha interiorizada da pessoa, com ênfase nos sentimentos pessoais crónicos de vergonha e de inadequação. É utilizada sobretudo em contexto clínico para detetar problemas ligados à autoestima, à ansiedade social e às perturbações da vinculação.

| | |
|---|---|
| Número de perguntas | 30 perguntas |
| Duração estimada | 10 minutos |
| Idioma | Português |
| Nome original | Internalized Shame Scale |
| Público-alvo | Adultos |
| Autores | Dan W. Cook (1987) |
| Categoria | Geral |

## Pré-visualização das 30 perguntas

Sinto que nunca sou suficientemente bom/boa.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Quase sempre

De certa forma, sinto-me posto/a de parte.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Quase sempre

Penso que as pessoas me menosprezam.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Quase sempre

De um modo geral, inclino-me a sentir que sou uma pessoa bem-sucedida.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Quase sempre

Repreendo-me e rebaixo-me.

| Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Quase sempre |
|---|---|---|---|---|

## Cotação e interpretação

Os itens são cotados numa escala de tipo Likert de 5 pontos (de «nunca» a «quase sempre»). As pontuações são somadas; uma pontuação elevada indica uma vergonha interiorizada significativa. Alguns itens são cotados de forma invertida.