

Escala de avaliação da fobia social (SPRS)

A Escala de avaliação da fobia social (SPRS) é um instrumento de avaliação utilizado para medir a intensidade da fobia social nos pacientes. Concebida para ser fácil de compreender e de preencher, pode ajudar a avaliar o impacto desta fobia nas atividades diárias da pessoa. O instrumento é utilizado sobretudo no acompanhamento terapêutico para medir a evolução dos sintomas ao longo do tempo.

Número de perguntas	32 perguntas
Duração estimada	8 minutos
Idioma	Português
Nome original	Social Phobia Rating Scale
Público-alvo	Adolescentes e adultos
Autores	Wells, A. (1997)
Categoria	Fobias, Ansiedade

Pré-visualização das 32 perguntas

Na última semana, quanto sofrimento lhe causou a sua ansiedade social?

0/10 - Nada | 1/10 | 2/10 | 3/10 | 4/10 | 5/10 - Moderadamente | 6/10 | 7/10 | 8/10 | 9/10 | 10/10 - O pior que alguma vez senti

Na última semana, em que medida evitou situações sociais por causa da ansiedade?

0% - Nunca | 10% | 20% | 30% | 40% | 50% - Metade das vezes | 60% | 70% | 80% | 90% | 100% - Sempre

Na última semana, quão envergonhado/a se sentiu em situações sociais difíceis?

0/10 - Nada | 1/10 | 2/10 | 3/10 - Moderadamente | 4/10 | 5/10 | 6/10 | 7/10 - Extremamente envergonhado/a | 8/10 | 9/10 | 10/10 - O pior que alguma vez senti

Indique com que frequência faz o seguinte quando está socialmente ansioso/a:

Falar pouco

0% - Nunca | 10% | 20% | 30% | 40% | 50% - Metade das vezes | 60% | 70% | 80% | 90% | 100% - Sempre

Indique com que frequência faz o seguinte quando está socialmente ansioso/a:

Respirar devagar

0% - Nunca | 10% | 20% | 30% | 40% | 50% - Metade das vezes | 60% | 70% | 80% | 90% | 100% - Sempre

Cotação e interpretação

O questionário inclui vários itens relativos à última semana, que avaliam o grau de sofrimento causado pela ansiedade social, o evitamento das situações sociais e o desconforto sentido em situações sociais difíceis. Cada item é cotado numa escala numérica; em alguns, a cotação é uma percentagem de 0% a 100%. A pontuação total obtém-se somando as respostas a cada item, o que dá um índice global (%) do nível de fobia social durante o período considerado. Quanto mais elevada for a pontuação, mais grave é a fobia social.