

Rädsloskala (FSS)

Rädsloskalan (FSS) är ett självskattningsformulär som mäter intensiteten i olika irrationella eller fobiska rädslor inom sex breda kategorier (djur, sociala situationer, sjukdom/kroppsskada, ljud, klassiska fobier, diverse rädslor). Den ger en totalpoäng men pekar också ut specifika rädsloprofiler, vilket gör den till ett användbart verktyg för att identifiera fobiska komponenter att arbeta med i exponeringsterapi.

Antal frågor	76 frågor
Beräknad tid	19 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Fear Survey Schedule
Målgrupp	Vuxna
Författare	Wolpe, Lang (1964)
Kategori	Fobier

Förhandsgranskning av de 76 frågorna

Ange hur mycket det här oroar dig:

Ljudet av en dammsugare

Inte alls | Lite | Måttligt | Mycket | Extremt

Ange hur mycket det här oroar dig:

Öppna sår

Inte alls | Lite | Måttligt | Mycket | Extremt

Ange hur mycket det här oroar dig:

Att vara ensam

Inte alls | Lite | Måttligt | Mycket | Extremt

Ange hur mycket det här oroar dig:

Att vara på en obekant plats

Inte alls | Lite | Måttligt | Mycket | Extremt

Ange hur mycket det här oroar dig:

Höga röster

Inte alls | Lite | Måttligt | Mycket | Extremt

Poängsättning och tolkning

Varje fråga skattas på en Likertskala där den som svarar anger graden av rädsla för varje situation. Poängen summeras sedan till en totalpoäng som anger rädslornas övergripande intensitet. En analys av delskalepoängen hjälper också till att förstå vilka specifika typer av rädsla som är mest framträdande hos patienten.