


# Test av självmedvetna affekter (TOSCA-3)

TOSCA-3 är ett självskattningsformulär som mäter självmedvetna emotionella reaktioner, såsom skam, skuld, förlägenhet och stolthet, på olika föreställda sociala situationer. Det hjälper till att undersöka mönster av emotionella reaktioner som kan vara relevanta för klinisk bedömning eller för forskning om personlighet, empati eller emotionsreglering.

| | |
|---|---|
| Antal frågor | 16 frågor |
| Beräknad tid | 15 minuter |
| Språk | Svenska |
| Originalnamn | Test of Self-Conscious Affect |
| Målgrupp | Vuxna, ungdomar |
| Författare | June Price Tangney, Ronda L. Dearing, Jeff Stuewig (2000) |
| Kategori | Allmänt |

## Förhandsgranskning av de 16 frågorna

1. Du har stämt träff med en vän för att äta lunch. Klockan 17 inser du att du aldrig dök upp.

a) Du skulle tänka: ”Jag är hänsynslös.”

1 - Inte troligt | 2 | 3 | 4 | 5 - Mycket troligt

1. Du har stämt träff med en vän för att äta lunch. Klockan 17 inser du att du aldrig dök upp.

b) Du skulle tänka: ”Min vän förstår nog.”

1 - Inte troligt | 2 | 3 | 4 | 5 - Mycket troligt

1. Du har stämt träff med en vän för att äta lunch. Klockan 17 inser du att du aldrig dök upp.

c) Du skulle tänka att du bör gottgöra din vän så snart som möjligt.

1 - Inte troligt | 2 | 3 | 4 | 5 - Mycket troligt

1. Du har stämt träff med en vän för att äta lunch. Klockan 17 inser du att du aldrig dök upp.

d) Du skulle tänka: ”Min chef distraherade mig precis före lunchen.”

1 - Inte troligt | 2 | 3 | 4 | 5 - Mycket troligt

2. Du har sönder något på jobbet och gömmer det sedan.

a) Du skulle tänka: ”Det här gör mig orolig. Jag måste antingen laga det eller få någon annan att göra det.”

1 - Inte troligt | 2 | 3 | 4 | 5 - Mycket troligt


### Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›


## Poängsättning och tolkning

Varje scenario följs av flera möjliga reaktioner som skattas på en Likertskala. Svaren poängsätts och summeras sedan enligt olika delskalor (skam, skuld, stolthet, distansering m.m.). Höga poäng på en delskala tyder på en mer uttalad tendens att uppleva den emotionen i vardagssituationer.


## Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Jag har använt Mentaal i 2 månader nu och det här verktyget har revolutionerat hur jag ser på vården och hur min kalender ser ut!”

Romane L. - KBT-psykolog online