

UTBAS-6

Escalas sobre crenças e pensamentos negativos sobre gaguez - Unhelpful Thoughts and Beliefs About Stuttering Scales (UTBAS-6)

De acordo com a escala abaixo, por favor leia cada item e marque o número que o/a descreve em relação a (1) Com que FREQUÊNCIA tem estes pensamentos (2) Quanto ACREDITA nestes pensamentos (3) Quão ANSIOSO fica com estes pensamentos.

1 = nunca ou não de todo
2 = raramente ou muito pouco
3 = às vezes ou um pouco
4 = frequentemente ou muito
5 = sempre ou completamente

Com que FREQUÊNCIA tenho estes pensamentos

Quanto ACREDITO nesses pensamentos

Quão ANSIOSO/A fico com estes pensamentos

		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	Nunca serei bem-sucedido por causa da minha gaguez.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2	As pessoas vão pensar que sou incompetente porque gaguejo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3	As pessoas vão pensar que sou estranho.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4	Não quero ir — as pessoas não vão gostar de mim.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5	Para quê tentar falar — se nunca sai direito.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6	Nunca vou acabar de explicar o meu ponto de vista — eles vão entender-me mal.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5