

SCL-90*

(Symptom Checklist-90)

Istruzioni:

nella lista che segue, sono elencati problemi e disturbi che spesso affliggono le persone. Leggila attentamente e cerca di ricordare se ne hai sofferto **nella scorsa settimana**, oggi compreso, e con quale intensità. Rispondi a tutte le domande facendo una crocetta sulla risposta corrispondente all'intensità di ciascun disturbo, considerando che:

① = per niente; ① = un poco; ② = moderatamente; ③ = molto; ④ = moltissimo

1. Mal di testa
2. Nervosismo o agitazione interna
3. Incapacità a scacciare pensieri, parole o idee indesiderate
4. Sensazione di svenimenti o di vertigini
5. Perdita dell'interesse o del piacere sessuale
6. Tendenza a criticare gli altri
7. Convinzione che gli altri possano controllare i tuoi pensieri

Per niente	Un poco	Moderatamente	Molto	Moltissimo

(segue)

* Elaborato sulla base della Symptom Checklist-90 messa a punto da Leonard R. Derogatis, Phd.

SCL-90 (SYMPTOM CHECKLIST-90)

(continua)

	Per niente	Un poco	Moderata- mente	Molto	Moltis- simo
8. Convinzione che gli altri siano respon- sabili dei tuoi disturbi					
9. Difficoltà a ricordare le cose					
10. Preoccupazioni per la tua negligenza o trascuratezza					
11. Sentirti facilmente infastidito/a o irrita- to/a					
12. Dolori al cuore o al petto					
13. Paura degli spazi aperti o delle strade					
14. Sentirti debole o fiacco/a					
15. Idee di toglierti la vita					
16. Udire le voci che le altre persone non odono					
17. Tremori					
18. Mancanza di fiducia negli altri					
19. Scarso appetito					
20. Facili crisi di pianto					
21. Sentirti intimidito/a nei confronti del- l'altro sesso					
22. Sensazione di essere preso/a in trap- pola					
23. Paure improvvise senza ragione					
24. Scatti d'ira incontrollabili					
25. Paura di uscire da solo/a					
26. Rimproverarti per qualsiasi cosa					
27. Dolori alla schiena					
28. Senso di incapacità a portare a termi- ne le cose					
29. Sentirti solo/a					
30. Sentirti giù di morale					
31. Preoccuparti eccessivamente per qualsiasi cosa					
32. Mancanza di interesse					
33. Senso di paura					

(segue)

SCL-90 (SYMPTOM CHECKLIST-90)

(continua)

	Per niente	Un poco	Moderata- mente	Molto	Moltis- simo
34. Sentirti facilmente ferito/a o offeso/a					
35. Convinzione che gli altri percepiscano i tuoi pensieri					
36. Sensazione di non trovare comprensione					
37. Sensazione che gli altri non ti siano amici o ti abbiano in antipatia					
38. Dover fare le cose molto lentamente per essere sicuro/a di farle bene					
39. Palpitazioni o sentirti il cuore in gola					
40. Senso di nausea o mal di stomaco					
41. Sentimenti di inferiorità					
42. Dolori muscolari					
43. Sensazione che gli altri ti guardino o parlino di te					
44. Difficoltà ad addormentarti					
45. Bisogno di controllare ripetutamente ciò che fai					
46. Difficoltà a prendere decisioni					
47. Paura di viaggiare in autobus, in metropolitana o in treno					
48. Sentirti senza fiato					
49. Vampate di calore o brividi di freddo					
50. Necessità di evitare certi oggetti					
51. Senso di vuoto mentale					
52. Intorpidimento o formicolio di alcune parti del corpo					
53. Nodo alla gola					
54. Guardare al futuro senza speranza					
55. Difficoltà a concentrarti					
56. Senso di debolezza in qualche parte del corpo					
57. Sentirti teso/a o sulle spine					

(segue)

SCL-90 (SYMPTOM CHECKLIST-90)

(continua)

	Per niente	Un poco	Moderata- mente	Molto	Moltis- simo
58. Senso di pesantezza alle braccia o alle gambe					
59. Idee di morte					
60. Mangiare troppo					
61. Senso di fastidio quando la gente ti guarda o parla di te					
62. Avere dei pensieri che non sono tuoi					
63. Sentire l'impulso di colpire, di ferire o di fare del male a qualcuno					
64. Svegliarti presto al mattino senza riuscire a riaddormentarti					
65. Avere bisogno di ripetere lo stesso atto come toccare, contare, lavarti le mani					
66. Sonno inquieto o disturbato					
67. Sentire l'impulso di rompere gli oggetti					
68. Avere idee o convinzioni che gli altri non condividono					
69. Sentirti penosamente imbarazzato/a in presenza di altri					
70. Sentirti a disagio fra la folla come nei negozi, al cinema ecc.					
71. Sensazione che tutto richieda uno sforzo					
72. Momenti di terrore o di panico					
73. Sentirti a disagio quando mangi o bevi in presenza di altri					
74. Ingaggiare frequenti discussioni					
75. Sentirti a disagio quando sei solo/a					
76. Convinzioni che gli altri non apprezzano il tuo lavoro					
77. Sentirti solo/a e triste anche in compagnia					

(segue)

SCL-90 (SYMPTOM CHECKLIST-90)

(continua)

	Per niente	Un poco	Moderata- mente	Molto	Moltis- simo
78. Senso di irrequietezza tanto da non poter stare seduto/a					
79. Sentimenti di inutilità					
80. Sensazione che le cose più comuni e familiari siano estranee o irreali					
81. Urlare o scagliare oggetti					
82. Avere paura di svenire davanti agli altri					
83. Imppressione che gli altri possano approfittare di te o delle tue azioni					
84. Pensieri sul sesso che ti affliggono					
85. Idea di dovere scontare i tuoi peccati					
86. Sentirti costretto/a a portare a termine ciò che hai iniziato					
87. Pensieri di avere una grave malattia fisica					
88. Non sentirti mai vicino/a alle altre persone					
89. Sentirti in colpa					
90. Idea che qualche cosa non funzioni bene nella tua mente					

SCL-90 (SYMPTOM CHECKLIST-90)

Il test SCL-90 (abbreviazione di Symptom Check List) è un questionario autosomministrato composto da 90 item.

Il test è composto da 90 item su disturbi eventualmente provati nel corso dell'ultima settimana; il soggetto fornisce una valutazione da 0 (per niente) a 4 (moltissimo) [Scala Likert].

I risultati individuano dieci dimensioni sintomatologiche di diverso significato; per ognuna di esse il punteggio relativo è calcolato come medie delle domande con risposta. In generale si considerano di interesse punteggi medi uguali o maggiori a 1.00. È inoltre calcolato un indice globale (**GSI Global Score Index**) come punteggio medio di tutte le domande con risposta del test; taluni considerano infine il numero assoluto delle domande con sintomo, e cioè il numero degli item cui il soggetto abbia attribuito punteggio di 1 o più.

Le dieci dimensioni sintomatologiche sono le seguenti:

- I **Somatizzazione (SOM): ITEM** 1, 4, 12, 27, 40, 42, 48, 49, 52, 53, 56, 58
riflette disturbi che sorgono dalla percezione di disfunzioni corporee.
- II **Ossessione-Compulsione (O-C): ITEM** 3, 9, 10, 28, 38, 45, 46, 51, 55, 65
pensieri, impulsi e azioni sperimentate come incoercibili e non volute dal soggetto.
- III **Sensibilità interpersonale (INT): ITEM** 6, 21, 34, 36, 37, 41, 61, 69, 73
sentimenti di inadeguatezza e inferiorità nei confronti di altre persone.
- IV **Depressione (DEP): ITEM** 5, 14, 15, 20, 22, 26, 29, 30, 31, 32, 54, 71, 79
riassume un ampio spettro di sintomi concomitanti ad una sindrome depressiva.
- V **Ansia (ANX): ITEM** 2, 17, 23, 33, 39, 57, 72, 78, 80, 86
insieme di sintomi e comportamenti correlati ad un'alta ansia manifesta.
- VI **Ostilità (HOS): ITEM** 11, 24, 63, 67, 74, 81
pensieri, sentimenti e azioni caratteristici di uno stato di rabbia. irritabilità, risentimento.
- VII **Ansia fobica (PHOB): ITEM** 13, 25, 47, 50, 70, 75, 82
persistente risposta di paura irrazionale e non proporzionata nei confronti di persone, luoghi ed occasioni specifici che conduce a comportamenti di evitamento/fuga.
- VIII **Ideazione paranoide (PAR): ITEM** 8, 18, 43, 68, 76, 83
disturbo del pensiero caratterizzato da sospetto, paura di perdita di autonomia misto ad ostilità ed idee di riferimento.
- IX **Psicoticismo (PSY): ITEM** 7, 16, 35, 62, 77, 84, 85, 87, 88, 90
pur includendo alcuni sintomi primari della schizofrenia (allucinazioni, estraneità del pensiero), è da intendersi come una dimensione continua dell'esperienza umana caratterizzata da ritiro, isolamento e stile di vita schizoide.
- X **Disturbi del sonno (SLEEP): ITEM** 44, 64, 66
insonnia, sonno disturbato, risveglio precoce.

Quattro item (19, 59, 60, 89) non risultano appartenere ad alcuna dimensione descritta, ma entrano comunque nella valutazione dell'indice globale (GSI).

Calcolo dei Punteggi

Per ogni scala bisogna calcolare la media delle risposte agli item appartenenti alla singola scala.

Ad esempio per la scala "Somatizzazione" si sommano i punteggi agli item 1, 4, 12, 27, 40, 42, 48, 49, 52, 53, 56, 58 (che sono 12, come riportato in tabella) e si divide il risultato per il numero di item (cioè, 12). E così via.

I	Somatizzazione (SOM)	12 item	(1, 4, 12, 27, 40, 42, 48, 49, 52, 53, 56, 58)
II	Ossessione-Compulsione (O-C)	10 item	(3, 9, 10, 28, 38, 45, 46, 51, 55, 65)
III	Sensibilità interpersonale (INT)	9 item	(6, 21, 34, 36, 37, 41, 61, 69, 73)
IV	Depressione (DEP)	13 item	(5, 14, 15, 20, 22, 26, 29, 30, 31, 32, 54, 71, 79)
V	Ansia (ANX)	10 item	(2, 17, 23, 33, 39, 57, 72, 78, 80, 86)
VI	Ostilità (HOS)	6 item	(11, 24, 63, 67, 74, 81)
VII	Ansia fobica (PHOB)	7 item	(13, 25, 47, 50, 70, 75, 82)
VIII	Ideazione paranoide (PAR)	6 item	(8, 18, 43, 68, 76, 83)
IX	Psicoticismo (PSY)	10 item	(7, 16, 35, 62, 77, 84, 85, 87, 88, 90)
X	Disturbi del sonno (SLEEP)	3 item	(44, 64, 66)

Gli item 19, 59, 60 e 89 non risultano significativi.