

APPENDICE

Cognitive Fusion Questionnaire

Qui sotto troverà una lista di affermazioni. Valuti quanto ciascuna di esse è vera per lei. Utilizzi i criteri della scala sotto riportata per esprimere quanto, da 1 (mai) a 7 (sempre), ogni affermazione sia vera per lei e contrassegni tale numero con una x.

1	2	3	4	5	6	7
Mai vero	Quasi mai vero	Raramente vero	Ogni tanto vero	Spesso vero	Quasi sempre vero	Sempre vero

1. I miei pensieri mi causano sofferenza ed emozioni angoscianti	1	2	3	4	5	6	7
2. Sono così preso dai miei pensieri che non riesco a fare le cose che sono più importanti per me	1	2	3	4	5	6	7
3. Analizzo e rianalizzo le situazioni al punto di non venire a capo di alcuna soluzione	1	2	3	4	5	6	7
4. Lotto con i miei pensieri	1	2	3	4	5	6	7
5. Mi arrabbio con me stesso per certi pensieri che mi vengono.	1	2	3	4	5	6	7
6. Tendo a rispondere d'impulso ai miei pensieri	1	2	3	4	5	6	7
7. È davvero faticoso liberarmi dei pensieri disturbanti, anche se so che potrebbe aiutarmi	1	2	3	4	5	6	7

SCORING

Il questionario ha una struttura monofattoriale, dove a più alti punteggi corrisponde una maggiore fusione cognitiva.

Il punteggio totale, pertanto, si ricava con la somma delle risposte (da 1 a 7) fornite ai singoli item. Non sono disponibili veri e propri riferimenti normativi; può essere utile sapere che il gruppo indagato nello studio presente (377 persone, vedi p. 58, gruppo che non può essere considerato rappresentativo della popolazione generale) ha dato un punteggio medio di 23,03 con una deviazione standard di 7,17.