

Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12)

Här är ett antal påståenden. Svara så noggrant och ärligt som möjligt genom att markera det alternativ som gäller för dig.

	Stämmer inte alls för mig	Stämmer lite grann för mig	Stämmer ibland för mig	Stämmer väldigt mycket för mig	Stämmer helt och hållet för mig
1. Oförutsedda händelser gör mig mycket upprörd.	1	2	3	4	5
2. Jag blir frustrerad då jag inte har tillgång till all information som jag behöver.	1	2	3	4	5
3. Osäkerhet hindrar mig från att leva mitt liv fullt ut.	1	2	3	4	5
4. Man ska alltid tänka på vad som kan hända i framtiden för att undvika överraskningar.	1	2	3	4	5
5. En liten oförutsedd händelse kan förstöra allt, även om man planerat allting i detalj.	1	2	3	4	5
6. När det är dags att göra något, blir jag paralyserad av osäkerhet.	1	2	3	4	5
7. När jag känner mig osäker fungerar jag inte särskilt bra.	1	2	3	4	5
8. Jag vill alltid veta hur framtiden ser ut för mig.	1	2	3	4	5
9. Jag klarar inte av att bli överraskad.	1	2	3	4	5
10. Minsta tvivel kan hindra mig från att göra saker.	1	2	3	4	5
11. Jag känner ett ansvar för att organisera allting i förväg.	1	2	3	4	5
12. Jag vill slippa alla osäkra situationer.	1	2	3	4	5

Carleton, R. N., Norton, M. A., & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the unknown: A short version of the intolerance of uncertainty scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 105-117.

Svensk översättning av IUS-12 © 2017 av Olof Molander, Tove Wahlund och Anne H Berman, Karolinska Institutet, efter godkännande från Nick Carleton.

Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12)

Poängsättning

Delskala presumtiv ångest: summan av items 1, 2, 4, 5, 8, 9, 11.

Delskala undvikande ångest: summan av items 3, 6, 7, 10, 12.

Total skala: summan av alla items.

Referens

Carleton, R. N., Norton, M. A., & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the unknown: A short version of the intolerance of uncertainty scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 105-117.

Svensk översättning av IUS-12 © 2017 av Olof Molander (olof.molander@ki.se), Tove Wahlund och Anne H Berman, Karolinska Institutet, efter godkännande från Nick Carleton. Fri att använda i forskning och klinisk verksamhet. Se [fbanken](#) för vidare information.