

Vanderbilt Fatigue Scale- Versione adulto- 40 items (VFS-A-40)

A volte comunicare con gli altri, o soltanto ascoltare, può essere fisicamente, mentalmente o emotivamente stancante. Questo questionario ci aiuterà a capire come ti senti e come reagisci in diverse situazioni comunicative e di ascolto.

Negli item seguenti ti verrà chiesto quanto spesso sperimenti o reagisci in un determinato modo data una particolare situazione. Per esempio, rispondere “sempre/quasi sempre” indica che nella situazione descritta (es. nelle situazioni rumorose) tu reagisci sempre o quasi sempre in quel particolare modo (es. ti senti stanco o eviti la situazione). Al contrario rispondere “mai/quasi mai” indica che in quella situazione descritta tu non reagisci mai o quasi mai in quel modo.

Per ciascun item seleziona una SOLA risposta che meglio descriva ciò che sperimenti quotidianamente in una SETTIMANA tipo.

Item Code	Item	Mai/ quasi mai	Raramente	A volte	Spesso	Quasi sempre/ sempre
1. C3_1	Devo fare un grande sforzo mentale per capire quello che le persone dicono.	0	1	2	3	4
2. C2_1	Quando ascoltare è difficile, mi stanco mentalmente.	0	1	2	3	4
3. C2_2	Ascoltare e comprendere le persone richiede molta energia.	0	1	2	3	4
4. F3_1	Le situazioni di ascolto quotidiano mi stancano molto.	0	1	2	3	4
5. F3_2	Dopo aver ascoltato a lungo ho bisogno di un sonnellino per riposarmi.	0	1	2	3	4
6. S3_1	La fatica di ascoltare condiziona negativamente le mie relazioni sociali.	0	1	2	3	4
7. C3_2	Mi stanco così tanto nel cercare di sentire che smetto di provarci.	0	1	2	3	4
8. S3_2	Abbandono le situazioni rumorose prima del tempo per evitare di stancarmi troppo.	0	1	2	3	4
9. S3_3	Evito situazioni di ascolto che potrebbero stancarmi.	0	1	2	3	4
10. E2_1	Mi sento frustrato quando devo impiegare molta energia per ascoltare.	0	1	2	3	4
11. S3_4	Ascoltare mi stanca così tanto che non riesco a fare le cose che mi piacciono.	0	1	2	3	4
12. E2_2	Quanto spesso ti senti emotivamente provato per la difficoltà nel sentire e capire?	0	1	2	3	4
13. C3_3	Ascoltare mi rende così tanto stanco che inizio a perdere i dettagli della conversazione.	0	1	2	3	4
14. C3_4	Cercare di ascoltare una conversazione in automobile mi stanca.	0	1	2	3	4

Vanderbilt Fatigue Scale- Versione adulto- 40 items (VFS-A-40)

Item Code	Item	Mai/qua si mai	Raramen te	A volte	Spesso	Quasi sempre/se mpre
15. F3_3	Programmo la mia giornata per evitare di stancarmi nell'ascoltare.	0	1	2	3	4
16. F3_4	Partecipare a conversazioni con più persone mi fa venire il mal di testa.	0	1	2	3	4
17. E3_1	Cercare di sentire e comprendere mi rende frustrato e giù di morale.	0	1	2	3	4
18. E1_1	Mi imbarazzo quando non riesco a capire cosa dicono le persone.	0	1	2	3	4
19. F3_5	Ascoltare mi stanca così tanto che vado a letto presto.	0	1	2	3	4
20. E3_2	Lo sforzo di capire mi fa sentire giù di morale.	0	1	2	3	4
21. F2_1	Quanto spesso ti senti stanco per le difficoltà di ascoltare e capire?	0	1	2	3	4
22. S2_1	Ascoltare le persone che non conosco bene è stancante.	0	1	2	3	4
23. F2_2	Dopo aver ascoltato le persone tutto il giorno ho bisogno di riposare.	0	1	2	3	4
24. F3_6	Organizzo la mia giornata in modo da potermi riposare tra le situazioni di ascolto difficile.	0	1	2	3	4
25. E3_3	Quando sono in difficoltà ad ascoltare e capire mi sento emotivamente provato.	0	1	2	3	4
26. S1_1	Smetto di partecipare attivamente alle conversazioni in ambienti rumorosi quando non riesco a seguirle.	0	1	2	3	4
27. E2_3	Lo stress di ascoltare di sfinisce.	0	1	2	3	4
28. C1_1	L'ascolto in ambiente rumoroso mi richiede un maggior sforzo.	0	1	2	3	4
29. C3_5	Mi stanco mentalmente quando ho difficoltà a sentire e capire.	0	1	2	3	4
30. F2_3	Ascoltare conversazioni troppo veloci mi sfinisce.	0	1	2	3	4
31. F1_1	Sforzarmi di ascoltare e capire mi stanca.	0	1	2	3	4

Vanderbilt Fatigue Scale- Versione adulto- 40 items (VFS-A-40)

I seguenti item chiedono quanto sei in accordo o in disaccordo con una particolare affermazione. Per questi item, "fortemente in accordo" indica che l'affermazione dice il vero per te, o che si avvicina molto alle tue sensazioni o alle tue esperienze. Invece, "fortemente in disaccordo" suggerisce che l'affermazione non dice il vero per te o non corrisponde alle tue sensazioni o alle tue esperienze in quella specifica situazione.

Anche in questo caso, , per ciascun item selezioni una SOLA risposta che meglio descriva ciò che sperimenta quotidianamente in una SETTIMANA tipo.

Item Code	Item	Fortemente in disaccordo	In disaccordo	Nè in disaccordo nè d'accordo	D'accordo	Fortement e d'accordo
32. E3_4	La fatica di ascoltare è un problema nella mia vita.	0	1	2	3	4
33. C2_3	Cercare di capire in situazioni rumorose mi richiede uno sforzo mentale.	0	1	2	3	4
34. S3_5	Non socializzo molto perché ascoltare è stancante.	0	1	2	3	4
35. S2_2	Preferisco evitare gli eventi sociali nei quali mi stancherei ad ascoltare.	0	1	2	3	4
36. E3_5	Mi stanco così tanto ad ascoltare che ciò ha un effetto molto negativo sul mio benessere.	0	1	2	3	4
37. C3_6	Spendo un sacco di energie per il solo sforzo di ascoltare.	0	1	2	3	4
38. S2_3	Le interazioni sociali sono faticose quando non posso leggere le labbra e/o vedere le espressioni facciali.	0	1	2	3	4
39. E3_6	La fatica di ascoltare è una lotta quotidiana.	0	1	2	3	4
40. S3_6	Cerco di evitare eventi sociali in cui dovrei ascoltare con un rumore di sottofondo.	0	1	2	3	4

Calcolo del punteggio

Summed Scoring

VFS-A-40 punteggi delle sottoscale: per calcolare i punteggi delle sottoscale Emotiva (E), Sociale (S), Cognitiva (C) e Fisica (F) somma semplicemente le risposte di ciascun item in quella data categoria. I punteggi delle sottoscale possono variare da un minimo di 0 ad un massimo di 40.

Punteggio della sottoscala Emotiva = somma degli item 10, 12, 17, 18, 20, 25, 27, 32, 36, 39.

Punteggio della sottoscala Sociale = somma degli item 6, 8, 9, 11, 22, 26, 34, 35, 38, 40.

Punteggio della sottoscala Cognitiva = somma degli item 1, 2, 3, 7, 13, 14, 28, 29, 33, 37.

Punteggio della sottoscala Fisica = somma degli item 4, 5, 15, 16, 19, 21, 23, 24, 30, 31.

VFS-A-40 punteggio totale = somma di tutti i punteggi delle sottoscale. Il punteggio totale può variare da 0 a 160.