

## ΚΛΙΜΑΚΑ ΑΓΧΟΥΣ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΑΝΤΙΔΡΑΣΗ-Greek

(SPS & SIAS/ R.P.Mattick & J.C,Clarke, 1998)

Μετάφραση και προσαρμογή: Γρηγόρης Σίμος & Δήμος Δημέλλης)

Όνοματεπώνυμο ... .., Ηλικία ... ..

Οικογενειακή κατάσταση: άγαμος ....., έγγαμος ....., διαζευγμένος/η ....., χήρος/α ....

Εκπαίδευση: Απόφοιτος Δημοτικού ....., Γυμνασίου ....., Λυκείου ....., ΤΕΙ ....., ΑΕΙ ....

Το ερωτηματολόγιο αυτό περιγράφει και παραθέτει μια σειρά στάσεων και αντιδράσεων που σχετίζονται με μια ποικιλία κοινωνικών καταστάσεων.

Παρακαλούμε να σημειώσετε τον βαθμό στον οποίο νιώθετε ότι οι παρακάτω προτάσεις σας περιγράφουν ή ισχύουν για εσάς, βάζοντας ένα X στο ανάλογο τετράγωνο. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις. Απλά, σημειώστε ότι ισχύει για εσάς.

	Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Πολύ	Πάρα πολύ
1.Δυσκολεύομαι να κοιτάξω τους άλλους στα μάτια.					
2.Δεν νιώθω άνετα να κάνω παρέα με τους συναδέλφους μου στην δουλειά.					
3.Σφίγγομαι όταν συναντώ κάποιον γνωστό μου στο δρόμο.					
4.Αγχώνομαι όταν βρίσκομαι μόνος, με ένα άλλο άτομο.					
5.Δυσκολεύομαι όταν συζητώ με άλλους.					
6.Μου είναι δύσκολο να διαφωνήσω με την άποψη κάποιου άλλου.					
7.Με πιάνει νευρικότητα στην ιδέα ότι οι άλλοι με κοιτούν καθώς περπατάω στο δρόμο.					
8.Ανυσηχώ μήπως αρχίσω να τρέμω όταν με κοιτούν οι άλλοι.					
9.Θα αγχωνόμουν αν έπρεπε να καθίσω απέναντι από άλλους στο λεωφορείο ή στο τραίνο.					
10.Ανυσηχώ μήπως κάνω κάτι που θα τραβήξει την προσοχή των άλλων.					
11.Αγχώνομαι όταν βρίσκομαι μέσα στο ασανσέρ και με κοιτούν οι άλλοι.					
12.Νιώθω ότι τραβάω την προσοχή των άλλων όταν στέκομαι στην ουρά.					

Παρακαλούμε να σημειώσετε το πόσο καιρό, σε γενικές γραμμές, ισχύουν τα παραπάνω για σας:

Τις τελευταίες εβδομάδες ....., Τους τελευταίους μήνες .....,

Τα τελευταία χρόνια ....., Από τότε που θυμάμαι τον εαυτό μου .....