

INVENTARUL FOBIEI SOCIALE (SPIN) ©

Vă rugăm să indicați cât de mult v-au afectat problemele descrise mai jos pe parcursul ultimei săptămâni. Vă rugăm să bifați o singură căsuță pentru fiecare afirmație și să vă străduiți să răspundeți la toate întrebările.

	Deloc	Foarte puțin	Puțin	Foarte mult	Excesiv
1. Mă tem de persoanele aflate în poziții cu autoritate.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mă deranjează când roșesc în fața altor oameni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Petrecherile și evenimentele sociale mă sperie.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Evit discuțiile cu persoane necunoscute.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Mi-e teamă de a fi criticat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Teamă de a fi pus(ă) în situații jenante mă face să evit anumite situații sau să discut cu anumite persoane.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Mă deranjează când transpir de față cu alte persoane.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Evit să merg la petreceri.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Evit activitățile în care sunt în centrul atenției.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Mi-e teamă să discut cu persoane necunoscute.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Evit să țin discursuri.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Aș face orice să evit cricile.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Am palpitații când mă aflu în public.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Mă tem să fac lucruri, când știu că aș putea fi privit(ă).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Să fiu pus(ă) în situații jenante sau să par stupid(ă) sunt printre temerile mele cele mai mari.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Evit să discut cu orice persoană aflată într-o poziție cu autoritate.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Simt un disconfort foarte mare, atunci când tremur de față cu alții.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>