

Social Phobia Scale (SPS)

Sica, Musoni, Bisi, Lolli, & Sighinolfi, 2007

Le affermazioni che seguono si riferiscono a particolari situazioni sociali che si possono verificare nella vita di tutti i giorni e agli stati d'animo che ne possono scaturire.

Indica quanto è vera per te ciascuna affermazione, mettendo una crocetta nella casella che ritieni appropriata tenendo conto della seguente scala:

0	1	2	3	4
Per nulla	Poco	Abbastanza	Molto	Moltissimo

1.	Divento ansioso se devo scrivere di fronte ad altre persone.	0	1	2	3	4
2.	Mi imbarazza usare i bagni pubblici.	0	1	2	3	4
3.	Quando parlo con gli altri presto molta attenzione alla mia voce e alle reazioni altrui.	0	1	2	3	4
4.	Mi innervosisco se le persone mi fissano mentre cammino per la strada.	0	1	2	3	4
5.	Quando sono con altre persone ho il timore di arrossire.	0	1	2	3	4
6.	Mi sento a disagio se devo entrare in una stanza dove gli altri sono già seduti.	0	1	2	3	4
7.	Mi preoccupa il fatto di mostrarmi agitato o tremare quando qualcuno mi guarda.	0	1	2	3	4
8.	Mi rende nervoso dovermi sedere di fronte a qualcuno sull'autobus o in treno.	0	1	2	3	4
9.	Mi terrorizza l'idea che altre persone possano vedermi svenire o vomitare.	0	1	2	3	4
10.	Trovo difficile bere qualcosa in mezzo a un gruppo di persone.	0	1	2	3	4
11.	Mi imbarazza mangiare di fronte ad uno sconosciuto al ristorante.	0	1	2	3	4
12.	Mi preoccupa che le persone trovino strano il mio comportamento.	0	1	2	3	4
13.	Divento teso se devo trasportare un vassoio all'interno di un self-service affollato.	0	1	2	3	4
14.	Ho paura di comportarmi in modo strano o inusuale di fronte ad altre persone.	0	1	2	3	4
15.	Mi preoccupa poter fare qualcosa che attiri l'attenzione degli altri.	0	1	2	3	4
16.	Quando sono in ascensore divento teso se le persone mi fissano.	0	1	2	3	4
17.	Quando sto facendo una fila mi sento gli occhi degli altri addosso.	0	1	2	3	4
18.	Divento nervoso quando parlo di fronte ad altre persone.	0	1	2	3	4
19.	Mi preoccupa fare movimenti inconsueti di fronte ad altre persone.	0	1	2	3	4
20.	Mi sento impacciato e teso se so che delle persone mi stanno guardando.	0	1	2	3	4