



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوست ها

پیوست الف: پرسشنامه هراس اجتماعی کانور (SPIN)

لطفاً جملات زیر را بخوانید و مشخص کنید مسائل مطرح شده زیر طی هفته گذشته تا چه میزانی برای شما مشکل ایجاد کرده است. برای هر مورد تنها یکی از گزینه‌ها را انتخاب کنید.

بی نهایت	خیلی زیاد	تا اندازه‌ای	کم	به هیچ وجه	عبارات مطرح شده:
					۱ من از افراد صاحب قدرت و مقام می‌ترسم.
					۲ از این که جلوی مردم سرخ شوم ناراحت هستم.
					۳ مهمانی‌ها و گردهمایی‌ها مرا می‌ترساند.
					۴ من از صحبت کردم با افرادی که نمی‌شناسم، اجتناب می‌کنم.
					۵ مورد انتقاد قرار گرفتم خیلی مرا می‌ترساند.
					۶ ترس از دستپاچه شدن موجب می‌شود تا از انجام کارها یا صحبت کردن با افراد اجتناب کنم.
					۷ عرق کردن در برابر دیگران مرا آشفته می‌کند.
					۸ از رفتن به مهمانی‌ها اجتناب می‌کنم.
					۹ از فعالیت هایی که در آنها مرکز توجه باشم، اجتناب می‌کنم.
					۱۰ صحبت کردن با غریبه‌ها مرا می‌ترساند.
					۱۱ من از صحبت کردن در حضور جمع اجتناب می‌کنم.
					۱۲ من همه کار انجام می‌دهم تا مورد انتقاد قرار نگیرم.
					۱۳ زمانیکه با مردم هستم تپش قلبم مرا ناراحت می‌کند.
					۱۴ وقتی دیگران مرا زیر نظر خود دارند، از انجام کارها دچار ترس می‌شوم.
					۱۵ احساس خجالتی بودن یا احمق به نظر رسیدن از جمله ترسهای جدی من است.
					۱۶ از صحبت کردن با فردی که صاحب قدرت و مقام است، اجتناب می‌کنم.
					۱۷ دچار لرزش شدن در جلوی دیگران برایم ناراحت کننده است.