



ШКАЛА ОЦІНКИ СОЦІАЛЬНОЇ ФОБІЇ SPIN

Ім'я та прізвище:

Дата:

Нижче, поряд з кожним твердженням, поставте позначку у тій клітинці, яка найкраще описує як ви почувалися протягом останнього тижня або протягом іншого узгодженого періоду часу:

		0: АНІ-ТРОХИ	1: ТРОХИ	2: ДЕЩО	3: ДУЖЕ	4: НАД-ЗВИЧАЙНО
1	Я боюся впливових людей/керівництва					
2	Мене турбує те, що я червонію на людях					
3	Мене лякають вечірки та соціальні події					
4	Я уникаю розмов з незнайомцями					
5	Мене дуже лякає критика					
6	Я уникаю діяльності та спілкування з людьми через страх і сором					
7	Я соромлюся, що інші побачуть, що я вкрився потом					
8	Я уникаю вечірок					
9	Я уникаю заходів, на яких я в центрі уваги					
10	Мене лякають розмови з незнайомцями					
11	Я уникаю виступів з промовами					
12	Я зроблю все, щоб уникнути критики					
13	Мене турбує прискорене серцебиття, коли я серед людей					
14	Я боюся щось робити, коли люди можуть дивитись на мене					
15	Понад усе я боюся осоромитись або виглядати по-дурному					
16	Я уникаю розмов з впливовими людьми/керівництвом					
17	Мене пригнічує тремтіння перед іншими людьми					

Загальна кількість балів =



SPIN

Як правило, результати за шкалою SPIN вказують на наступні рівні соціальної тривоги:

<i>< 20</i>	<i>20 і більше</i>	<i>30 і більше</i>	<i>40 і більше</i>	<i>50 і більше</i>
відсутня	легка	середня	важка	дуже важка

Передбачається, що зниження результатів на 50% за шкалою SPIN корелює з «клінічною відповіддю»:

рівень покращення	мінімальний	значний	дуже значний
% зниження за шкалою SPIN	<i>35</i>	<i>53</i>	<i>60</i>