

SHY-SR - Lifetime

VERSIONE 25 LUGLIO, 2001

rivista il 27 gennaio 2002

Studio Iniziali/codice pz Data Medico
----- --- / --- - / - / - _____

Istruzioni

Le domande che seguono si riferiscono a situazioni che possono esserle accadute in passato o che possano interessarla attualmente. La preghiamo di rispondere a tutte le domande, tenendo conto del fatto che non tutte si riferiscono ai sintomi di una malattia, barrando «SÌ» o «NO»

Da bambino o da adolescente ricorda, o le è stato mai detto, che ...

- | | | |
|--|----|----|
| 1. era molto timido? | SI | NO |
| 2. era particolarmente spaventato quando doveva parlare o scrivere di fronte ai compagni di classe? | SI | NO |
| 3. evitava o avrebbe voluto evitare momenti di vita sociale scolastica come mangiare o giocare insieme agli altri bambini durante l'intervallo, o fare ginnastica? | SI | NO |
| 4. aveva sintomi fisici (ad esempio mal di testa, mal di stomaco) in situazioni sociali o quando pensava di trovarsi in situazioni sociali? | SI | NO |
| 5. aveva difficoltà nel seguire il corso scolastico per la sua timidezza? | SI | NO |
| 6. aveva difficoltà nel fare nuove amicizie? | SI | NO |
| 7. evitava o voleva evitare attività extrascolastiche come feste fra coetanei, attività di gioco o sportive di gruppo? | SI | NO |
| 8. si rifiutava di fare commissioni per i suoi genitori che implicassero il parlare o il contatto con gli altri (ad esempio andare in un negozio o dai vicini)? | SI | NO |
| 9. si sentiva imbarazzato e a disagio quando doveva parlare con persone che non conosceva molto bene? | SI | NO |
| 10. era spesso molto taciturno e talvolta del tutto incapace di parlare? | SI | NO |
| 11. quando doveva comprare qualcosa o chiedere informazioni, preferiva che qualcuno lo facesse al suo posto? | SI | NO |
| 12. si rifiutava di andare a scuola per il timore di essere osservato dagli altri bambini e per evitare di sentirsi imbarazzato e a disagio? | SI | NO |

Le seguenti domande sono relative ad esperienze che può aver fatto in qualsiasi periodo della vita.

Si è mai ...

- | | | |
|--|----|----|
| 13. preoccupato, in modo eccessivo, che la gente potesse criticarla? | SI | NO |
| 14. Ha mai sentito che la paura di essere giudicato dagli altri influenzava le sue relazioni? | SI | NO |
| 15. preoccupato eccessivamente di non risultare piacevole e gradito agli altri? | SI | NO |
| 16. preoccupato eccessivamente di essere considerato stupido, goffo o ridicolo? | SI | NO |
| 17. sentito a disagio nel trovarsi in un ambiente con altre persone come ad esempio in una sala di attesa o ad una riunione? | SI | NO |
| 18. preoccupato eccessivamente di poter ferire le persone nel fare o dire qualcosa? | SI | NO |
| 19. preoccupato eccessivamente della disapprovazione o dell'ostilità degli altri? | SI | NO |

Si è sentito spesso ...

- | | | |
|--|----|----|
| 20. imbrogliato o risentito perché non era riuscito a dire di no ad una richiesta? | SI | NO |
| 21. coinvolto in cose che non voleva fare perché non era riuscito a dire di no? | SI | NO |
| 22. particolarmente a disagio nel lavoro o nel gioco di gruppo? | SI | NO |
| 23. particolarmente a disagio nel fare una nuova conoscenza? | SI | NO |
| 24. imbarazzato o a disagio nel fare conoscenza con una persona dell'altro sesso? | SI | NO |
| 25. come se nessuno potesse interessarsi a lei dal punto di vista sentimentale? | SI | NO |
| 26. fisicamente poco attraente? | SI | NO |
| 27. nella necessità di essere vestito in modo impeccabile e/o truccata perfettamente per trovarsi a suo agio in pubblico? | SI | NO |
| 28. nella necessità di vestirsi in modo da non attrarre l'attenzione? | SI | NO |
| 29. imbarazzato o a disagio quando si doveva spogliare di fronte ad un'altra persona (ad esempio in palestra, in spiaggia, dal dottore)? | SI | NO |
| 30. in difficoltà nel respingere la corte di qualcuno/a per paura di ferirlo/a? | SI | NO |
| 31. in difficoltà ad accettare la corte di qualcuno/a perché non credeva di poterlo/a interessare realmente? | SI | NO |
| 32. come se il partner stesse giudicando le sue prestazioni durante i rapporti sessuali? | SI | NO |
| 33. inadeguato nelle relazioni quotidiane, anche con i colleghi, i commessi, i suoi coetanei? | SI | NO |

- | | | |
|--|----|----|
| 34. incapace di criticare il comportamento del partner, anche quando pensava che sarebbe stato giusto farlo? | SI | NO |
| 35. estremamente ferito o a disagio quando gli altri non approvavano le sue idee o il suo operato? | SI | NO |
| 36. maggiormente a suo agio in piccoli gruppi? | SI | NO |
| 37. maggiormente a suo agio in posizione subordinata, piuttosto che di leader, all'interno di un gruppo? | SI | NO |
| 38. incapace ad affermare le sue opinioni in una discussione? | SI | NO |
| 39. incapace a mostrarsi in disaccordo in una discussione? | SI | NO |
| 40. Ha spesso evitato di esprimere il suo disaccordo o la sua disapprovazione nei confronti degli altri? | SI | NO |
| 41. Si sente nervoso o a disagio quando deve affrontare, anche solo con il pensiero, ciascuna delle situazioni di cui abbiamo parlato? | SI | NO |

Le è capitato, o qualcuno le ha mai detto, che spesso ...

- | | | |
|---|----|----|
| 42. parla a voce molto bassa? | SI | NO |
| 43. usa frasi molto brevi? | SI | NO |
| 44. parla in modo molto formale e ossequioso? | SI | NO |
| 45. tende ad assumere una posizione del corpo curva e con il capo chino? | SI | NO |
| 46. trova difficile guardare gli altri dritto negli occhi? | SI | NO |
| 47. teme che qualcuno possa fraintendere il suo sguardo? | SI | NO |
| 48. ha paura di guardare gli altri negli occhi perché teme che si possa capire ciò che sta pensando o provando? | SI | NO |
| 49. si scusa anche quando non è necessario? | SI | NO |
| 50. controlla attentamente ogni suo movimento? | SI | NO |
| 51. compie alcune azioni (ad esempio torcere le mani o tenere in mano un oggetto) per ridurre la sua ansia? | SI | NO |
| 52. fa il pagliaccio per ridurre la sua ansia? | SI | NO |
| 53. non sa dove guardare quando parla con qualcuno? | SI | NO |
| 54. non sa come tenere le mani quando si trova in situazioni sociali? | SI | NO |
| 55. sente mancare il respiro quando parla con altri? | SI | NO |
| 56. recita una parte, quindi non è se stesso, per sentirsi più a suo agio? | SI | NO |
| 57. dice bugie per sentirsi più a suo agio? | SI | NO |

Nelle situazioni sociali descritte precedentemente le capita spesso ...

- | | | |
|---|----|----|
| 58. di arrossire? | SI | NO |
| 59. di tremare? | SI | NO |
| 60. di sentire il suo cuore battere in modo accelerato? | SI | NO |
| 61. di sudare molto? | SI | NO |
| 62. di provare la sensazione di svenire? | SI | NO |
| 63. di sentire nausea, mal di stomaco o di avere diarrea? | SI | NO |
| 64. di avere il bisogno impellente di urinare? | SI | NO |

Parlando al telefono le è capitato qualche volta di ...

- | | | |
|---|----|----|
| 65. provare imbarazzo ascoltando il suono della sua voce? | SI | NO |
| 66. aver paura che il tono della sua voce potesse essere sgradevole? | SI | NO |
| 67. avere avuto difficoltà a comprendere o ricordare ciò che le veniva detto? | SI | NO |
| 68. sentirsi imbarazzato a parlare di fronte ad altre persone? | SI | NO |
| 69. trovarsi in difficoltà nel pensare a che cosa dire? | SI | NO |
| 70. Si preoccupa molto di dover parlare al telefono per alcune di queste ragioni? | SI | NO |
| 71. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di telefonare, per alcune di queste ragioni? | SI | NO |

Durante una riunione si è sentito spesso imbarazzato o a disagio ...

- | | | |
|---|----|----|
| 72. mentre parlava o faceva una comunicazione ai suoi colleghi? | SI | NO |
| 73. pensando che qualcuno le potesse chiedere di parlare? | SI | NO |
| 74. se doveva fare o rispondere a qualche domanda? | SI | NO |
| 75. Si preoccupa molto di dover parlare durante una riunione, per qualcuna di queste ragioni? | SI | NO |
| 76. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare riunioni o comunicazioni ai colleghi per queste ragioni? | SI | NO |
| 77. Ha evitato promozioni per la paura di partecipare a riunioni o di dover parlare anche ad un piccolo gruppo? | SI | NO |

Scrivendo di fronte ad altre persone, qualche volta si è preoccupato che ...

- | | | |
|--|----|----|
| 78. le sue mani potessero tremare? | SI | NO |
| 79. qualcuno potesse chiederle spiegazioni su ciò che aveva scritto? | SI | NO |
| 80. potesse scrivere troppo lentamente o di essere incapace a farlo? | SI | NO |
| 81. potesse fare uno sbaglio? | SI | NO |
| 82. la sua calligrafia potesse essere criticata? | SI | NO |
| 83. Si preoccupa molto di dover scrivere di fronte ad altre persone, per qualcuna di queste ragioni? | SI | NO |
| 84. Ha spesso evitato di scrivere o firmare documenti ufficiali mentre è osservato da altre persone? | SI | NO |

Si è spesso sentito a disagio o imbarazzato ...

- | | | |
|--|----|----|
| 85. ad urinare o defecare in un bagno pubblico? | SI | NO |
| 86. a fornire un campione di urina o di feci? | SI | NO |
| 87. per il timore che qualcuno potesse sentirla o vederla mentre stava urinando o evacuando? | SI | NO |
| 88. Si preoccupa molto di dover usare un bagno pubblico, per qualcuna di queste ragioni? | SI | NO |
| 89. Ha spesso evitato di usare un bagno pubblico per queste ragioni? | SI | NO |

Si è sentito spesso in imbarazzo o a disagio a mangiare o bere ...

- | | | |
|---|----|----|
| 90. in un ristorante, ad una festa o in altri luoghi pubblici, anche quando era insieme ad amici o parenti? | SI | NO |
| 91. con invitati, anche nella sua casa? | SI | NO |
| 92. di fronte ad altre persone? | SI | NO |
| 93. perché aveva paura di cominciare a tremare? | SI | NO |
| 94. per il timore di soffocare, vomitare o fare rumore? | SI | NO |
| 95. per timore di fare qualcosa di imbarazzante come versare una bevanda o far cadere la forchetta o il piatto? | SI | NO |
| 96. Si preoccupa molto di mangiare o bere di fronte agli altri, per qualcuna di queste ragioni? | SI | NO |
| 97. Ha spesso evitato o cercato di evitare di mangiare o bere in un posto pubblico o di fronte ad altre persone per qualcuna di queste ragioni? | SI | NO |

Lavorando di fronte ad altre persone, si è sentito spesso ...

- | | | |
|--|----|----|
| 98. nervoso o in imbarazzo? | SI | NO |
| 99. preoccupato di poter fare un errore che qualcuno potesse notare? | SI | NO |
| 100. preoccupato che i colleghi potessero giudicare “strano” il suo comportamento? | SI | NO |
| 101. Si preoccupa molto di dover lavorare mentre è osservato da altre persone? | SI | NO |
| 102. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di lavorare di fronte ad altri per alcune di queste ragioni? | SI | NO |

Si è spesso sentito in imbarazzo o a disagio ...

- | | | |
|---|----|----|
| 103. parlando, cantando o ballando di fronte ad altre persone? | SI | NO |
| 104. mentre si esibiva di fronte ad una platea? | SI | NO |
| 105. sostenendo un esame orale? | SI | NO |
| 106. prima di una presentazione in pubblico, tanto da doversi preparare con cura eccessiva? | SI | NO |
| 107. perché temeva di balbettare, o che la sua voce potesse tremare oppure di non riuscire a parlare chiaramente durante un discorso pubblico o un esame orale? | SI | NO |
| 108. perché temeva di avere un vuoto di memoria durante una presentazione in pubblico o un esame orale? | SI | NO |
| 109. Si è preoccupato molto di dover parlare in pubblico o di sostenere un esame orale, per qualcuna di queste ragioni? | SI | NO |
| 110. Ha spesso evitato di prepararsi per una prestazione in pubblico o per un esame orale per alcune di queste ragioni? | SI | NO |
| 111. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare prestazioni in pubblico o esami orali per alcune di queste ragioni? | SI | NO |
| 112. Ha mai interrotto la sua carriera scolastica per queste ragioni? | SI | NO |

Si è spesso sentito intimidito o a disagio ...

- | | | |
|---|----|----|
| 113. camminando per strada, tanto da aver bisogno di tenere gli occhi bassi? | SI | NO |
| 114. camminando o guidando mentre qualcun altro la guardava? | SI | NO |
| 115. quando aveva necessità di chiedere informazioni sulla strada da percorrere, tanto da correre il rischio di perdersi? | SI | NO |
| 116. camminando in strade affollate o in posti pieni di gente, tanto da evitare questi luoghi? | SI | NO |

117. Si preoccupa molto di dover camminare o guidare di fronte agli altri,
per qualcuna di queste ragioni? **SI NO**

118. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di camminare o guidare, per queste ragioni? **SI NO**

Si è spesso sentito imbarazzato ...

119. entrando in una stanza durante una riunione o una assemblea? **SI NO**

120. entrando in una stanza dove era già riunita altra gente? **SI NO**

121. Si preoccupa molto di dover entrare in una stanza piena di gente, per qualcuna
di queste ragioni? **SI NO**

122. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di entrare in una stanza piena di gente
per queste ragioni? **SI NO**

Quando incontra estranei o persone poco conosciute ...

123. si sente spesso imbarazzato o preoccupato? **SI NO**

124. teme di risultare scortese? **SI NO**

125. teme di arrossire nel presentarsi? **SI NO**

126. ha paura di non saper cosa dire? **SI NO**

127. teme di dover stringere la mano e che questa tremi o sia sudata? **SI NO**

128. Si preoccupa molto di dover incontrare degli estranei, per qualcuna di queste ragioni? **SI NO**

129. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di incontrare estranei per questi motivi? **SI NO**

Si è spesso sentito in imbarazzo o a disagio ...

130. in compagnia di persone autorevoli? **SI NO**

131. nel presentarsi a persone che rivestono un ruolo importante? **SI NO**

132. quando persone che rivestono un ruolo importante le hanno chiesto un'opinione? **SI NO**

133. Si preoccupa molto di dover incontrare persone autorevoli, per qualcuna di queste ragioni? **SI NO**

134. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare queste situazioni? **SI NO**

Quando qualcuno l'ha invitata ad una festa o ad una riunione di amici o quando ha organizzato una festa, si è sentito ...

- | | | |
|--|----|----|
| 135. imbarazzato o a disagio? | SI | NO |
| 136. preoccupato di incontrarsi con le altre persone? | SI | NO |
| 137. preoccupato di non essere in grado di sostenere una conversazione? | SI | NO |
| 138. preoccupato di non destare interesse negli altri? | SI | NO |
| 139. preoccupato di essere giudicato? | SI | NO |
| 140. preoccupato che i suoi invitati potessero criticarla per la sua casa o per la sua ospitalità? | SI | NO |
| 141. Si preoccupa molto quando deve affrontare, situazioni o simili a quelle di cui abbiamo parlato? | SI | NO |
| 142. Si preoccupa molto di dover organizzare o partecipare ad una festa, per qualcuna di queste ragioni? | SI | NO |
| 143. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di partecipare a feste per queste ragioni? | SI | NO |
| 144. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di organizzare feste per queste ragioni? | SI | NO |

Si è trovato in imbarazzo e in difficoltà quando doveva ...

- | | | |
|---|----|----|
| 145. invitare qualcuno con il quale desiderava stare insieme, lavorare ad un progetto, praticare uno sport o un'altra attività? | SI | NO |
| 146. dare un appuntamento a qualcuno che le piaceva per uscire, andare al cinema o a cena? | SI | NO |
| 147. invitare a casa sua qualcuno che le piaceva? | SI | NO |
| 148. fare un complimento a qualcuno che le piaceva? | SI | NO |
| 149. fare un regalo a qualcuno che le piaceva? | SI | NO |
| 150. esprimere i suoi sentimenti a qualcuno che le piaceva? | SI | NO |
| 151. avere approcci fisici, come tenere la mano, abbracciare o baciare qualcuno che le piaceva? | SI | NO |
| 152. pensare di doversi spogliare di fronte a qualcuno che le piaceva? | SI | NO |
| 153. Si preoccupa molto quando deve dare appuntamenti, o quando deve affrontare qualcuna di queste situazioni? | SI | NO |
| 154. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di dare appuntamenti, per queste ragioni? | SI | NO |

Si sente in imbarazzo o a disagio ...

- | | | |
|--|-----------|-----------|
| 155. nel fare shopping? | SI | NO |
| 156. quando il/la commesso/a le chiede se può aiutarla? | SI | NO |
| 157. quando deve chiedere delle informazioni al commesso/a? | SI | NO |
| 158. ad uscire da un negozio senza comprare nulla? | SI | NO |
| 159. quando deve restituire qualcosa ad un negozio? | SI | NO |
| 160. Le è accaduto molto spesso di dover comprare qualcosa solo perché non riusciva a dire di no al negoziante? | SI | NO |
| 161. Si preoccupa molto di dover andare a fare compere, per qualcuna di queste ragioni? | SI | NO |
| 162. Ha spesso evitato o avrebbe voluto evitare di fare compere, per queste ragioni? | SI | NO |

Allo scopo di favorire le sue capacità di interazione sociale, ha mai fatto uso di ...

- | | | |
|---|-----------|-----------|
| 163. tabacco? | SI | NO |
| 164. alcol? | SI | NO |
| 165. ansiolitici (ad esempio Valium, Librium, Xanax, Tavor)? | SI | NO |
| 166. marijuana? | SI | NO |
| 167. droghe da strada (ad esempio cocaina, amfetamine)? | SI | NO |
| 168. altri farmaci (ad esempio beta bloccanti)? | SI | NO |