**社交焦虑障碍严重程度——成人版**

姓名： 年龄： 性别：男 女 日期： 年 月 日

**指导语：**下列问题询问的是你对于*社交情境*可能产生的想法、感受和行为。一般的社交情境包括：公众演讲、在会议上发言、参加社交活动或聚会、向他人进行自我介绍、相互交谈、给予和接受赞美、向他人提出要求以及在公共场合进食和写字。**在回答每道题时，请在该行的一个选择框中做出标记（√或×）。**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **临床工作者使用** |
| 　 | 在**过去的7天**中，我曾经…… | **从不** | **偶尔** | **有一半时间** | **大部分时间** | **总是** | **条目 分数** |
| 1 | 在社交场合中感到突如其来的恐惧、害怕或惊慌 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 2 | 对社交情境感到焦虑、担忧或紧张 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 3 | 有过被拒绝、被羞辱、感到难堪、被嘲笑或冒犯他人的想法 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 4 | 在社交情境中感到心跳加速、出汗、呼吸困难、眩晕或颤抖 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 5 | 在社交情境中感觉肌肉僵硬，感到紧张或不安，或者很难放松下来 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 6 | 回避、或避免接近或进入社交情境 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 7 | 提前离开社交场合，或参与程度极低（例如很少讲话、避免眼神接触） | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 8 | 花很长时间为社交情境中的谈话内容和举止作准备 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 9 | 转移自己的注意力以避免想到社交情境 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 10 | 在应对社交情境时需要寻求帮助（例如借助酒精或药物、护身符） | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| **总体/部分原始分数：** | 　 |
| **按比例计算得分：（如有1到2个条目未填写）** | 　 |
| **平均分：** | 　 |