

### Félagskvíðakvarði Liebowitz (Liebowitz Social Anxiety Scale)

Liebowitz, M. R., & Pharmacopsychiatry, M. P. (1987). Social phobia. New York, NY: Guilford Publications.

<p><b>Leiðbeiningar:</b> Hér á eftir ætla ég að spyrja þig um 24 félagslegar aðstæður og hvort þú hafir upplifað annars vegar kvíða eða ótta, og hins vegar hvort þú hafir forðast þessar aðstæður í síðustu viku (þar með talið í dag). Ég ætla að biðja þig um að segja mér hvort þú hafir upplifað engan kvíða eða ótta, vægan kvíða eða ótta, miðlungs kvíða eða ótta, eða mikinn kvíða eða ótta. Svo mun ég líka spyrja þig hvort þú hafir aldrei forðast þessar aðstæður í síðustu viku, eða stundum gert það (allt að þriðjungu tímans) eða oft, þriðjung tímans að tveimur þriðju tímans, eða yfirleitt sem væri meira en þriðjung tímans. Ef þú hefur ekki upplifað aðstæðurnar í síðustu viku þá ætla ég að biðja þig um að gera þér í hugarlund hvernig er líklegt að þú myndir bregðast við ef þú hefðir lent í þeim í síðustu viku. Einhverjar spurningar?</p>	<p><b>Styrkur kvíða eða ótta við þessar aðstæður</b></p> <p>0= Enginn kvíði 1= Vægur kvíði 2= Miðlungs kvíði 3= Mikill kvíði</p>	<p><b>Ég forðast þessar aðstæður</b></p> <p>0= Aldrei (0%) 1= Stundum (1-33%) 2= Oft (33-67%) 3= Yfirleitt (67- 100%)</p>
1. Tala í síma þegar aðrir eru viðstaddir		
2. Taka þátt í umræðu í litlum hóp		
3. Borða eitthvað innan um aðra		
4. Drekkja eitthvað innan um aðra		
5. Tala við fólk sem hefur einhver völd		
6. Leika, koma fram eða halda ræðu fyrir framan áhorfendur		
7. Fara í party eða veislu		
8. Vinna að einhverju á meðan einhver fylgist með		
9. Skrifa eitthvað á meðan einhver fylgist með		
10. Hringja í einhvern sem þú þekkir ekki mjög vel		
11. Tala við fólk sem þú þekkir ekki mjög vel		
12. Hitta ókunnugt fólk		
13. Pissa á almenningssalerni		
14. Ganga inn í herbergi þar sem aðrir hafa þegar fengið sér sæti		
15. Vera miðpunktur athygli		
16. Tjá sig á fundi		
17. Taka próf		
18. Segja að þú sért ósammála eða lýsa vanþóknun á einhverju við fólk sem þú þekkir lítið		
19. Horfast í augu við fólk sem þú þekkir lítið		
20. Kynna skýrslu fyrir hópi af fólki		
21. Reyna við einhvern		
22. Skila vörum í búð		
23. Halda party eða veislu		
24. Koma af þér ýtnum sölumann		