

## Skala Lęku przed Coronavirus-19

(D.K. Ahorsu, Ch.-Y. Lin, V. Imani, M. Saffari, M.D. Griffiths, A.H. Pakpour –

Polska adaptacja: A. Lewicka-Zelent, W.M. Czerski)

Poniżej podano kilka stwierdzeń, z którymi możesz się zgodzić lub nie. Używając skali od 1 do 5 wskaż – w **jakim stopniu zgadzasz się z każdym stwierdzeniem** zaznaczając **X** odpowiednią cyfrę. Bądź szczerzy w swoich odpowiedziach.

1 – zdecydowanie nie zgadzam się

2 – nie zgadzam się

3 – ani zgadzam się ani nie zgadzam się

4 – zgadzam się

5 – zdecydowanie zgadzam się

- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
| 1. Najbardziej obawiam się koronawirusa-19 samego w sobie.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Czuję się niekomfortowo, gdy myślę o koronawirusie-19.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Moje ręce stają się lepkie, kiedy myślę o koronawirusie-19.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Obawiam się, że stracę życie przez koronawirusa-19.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Staję się podenerwowany/a i zaniepokojony/a, gdy oglądam wiadomości i filmy w mediach społecznościowych na temat koronawirusa-19. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Nie mogę spać, ponieważ martwię się, że zachoruję na koronawirusa-19.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Moje serce przyspiesza i kołatce na myśl o tym, że mogę zachorować na koronawirusa-19.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Źródło: Lewicka-Zelent A., Czerski W.M.: *Validation and Psychometric Properties of the Polish Version of the Fear of COVID-19 Scale Among Adolescents*, „Journal of Modern Science” 2023, t. 51, nr 2, DOI: 10.13166/jms/167442, s. 23-42.