

GSQ

By Melli, Carraresi, Poli, Marazziti, & Pinto, 2017

Le seguenti affermazioni descrivono una varietà di situazioni. Per favore le legga con attenzione e valuti con la massima onestà quanto è d'accordo con ognuna di esse, secondo la seguente scala:

0 = Per niente d'accordo

1 = Poco d'accordo

2 = Moderatamente d'accordo

3 = Molto d'accordo

4 = Del tutto d'accordo

1. Il senso di colpa è una delle emozioni più intollerabili	0	1	2	3	4
2. Il peso della colpa è insostenibile e conviene far sempre di tutto pur di liberarsene	0	1	2	3	4
3. Devo fare sempre il massimo per prevenire eventi negativi per assicurarmi di non dover fare i conti con il senso di colpa	0	1	2	3	4
4. Tener lontani i sensi di colpa è prioritario per me	0	1	2	3	4
5. Sto sempre attento ad agire in modo da evitare potenziali sensi di colpa futuri	0	1	2	3	4
6. Non sono in grado di convivere neanche con minimi sensi di colpa	0	1	2	3	4
7. Preferisco fare grossi sacrifici oggi piuttosto che rischiare di sentirmi in colpa domani	0	1	2	3	4
8. Non posso nemmeno pensare all'eventualità di macchiarmi di una colpa terribile	0	1	2	3	4
9. L'idea di potermi sentire in colpa per una mia leggerezza mi crea molta ansia	0	1	2	3	4
10. Se succedesse qualcosa per colpa di una mia leggerezza o distrazione mi sentirei una persona indegna	0	1	2	3	4