Start of Block: PANAS

סולם זה מכיל מספר מילים המתארות רגשות שונים ותחושות שונות. קרא/י כל פריט ואז סמן/י את התשובה המתאימה ליד המילה. ציין/י באיזו מידה חשת כך במהלך החלק האחרון של המטלה שביצעת (20 הדקות האחרונות בהן ביצעת את המטלה ולא נשמעו הנחיות).

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| (5)  5  באופן קיצוני | (4)  4  די הרבה | (3)  3  באופן מתון | (2)  2  קצת | (1)  1  מעט מאוד או בכלל לא |  |
|  |  |  |  |  | (1) מתעניין/ת |
|  |  |  |  |  | (2) חש/ה מצוקה |
|  |  |  |  |  | (3) נרגש/ת |
|  |  |  |  |  | (4) נסער/ת |
|  |  |  |  |  | (5) חזק/ה |
|  |  |  |  |  | (6) אשם/ה |
|  |  |  |  |  | (7) מפחד/ת |
|  |  |  |  |  | (8) עוין/ת |
|  |  |  |  |  | (9) נלהב/ת |
|  |  |  |  |  | (10) גאה |
|  |  |  |  |  | (11) נרגז/ת |
|  |  |  |  |  | (12) דרוך/ה |
|  |  |  |  |  | (13) מבויש/ת |
|  |  |  |  |  | (14) מלא/ת השראה |
|  |  |  |  |  | (15) עצבני/ת |
|  |  |  |  |  | (16) נחוש/ה |
|  |  |  |  |  | (17) קשוב/ה |
|  |  |  |  |  | (18) מתוח/ה |
|  |  |  |  |  | (19) פעיל/ה |
|  |  |  |  |  | (20) חושש/ת |

End of Block: PANAS