

Polska adaptacja kwestionariusza Anti-Mattering Scale (AMS)

Dla każdego z poniższych pytań wybierz odpowiedź, która najlepiej opisuje twoje ogólne doświadczenia z innymi ludźmi.

	wcale 1	w niewielkim stopniu 2	pewnym stopniu 3	w bardzo dużym stopniu 4
1. Jak bardzo czujesz, jakbyś był nieważny?	[]	[]	[]	[]
2. Jak często byłeś traktowany w sposób, który sprawia, że czujesz się nieważny?	[]	[]	[]	[]
3. W jakim stopniu sprawiono, że czułeś się niewidziany?	[]	[]	[]	[]
4. Jak bardzo czujesz, że nie jesteś ceniony przez innych ludzi?	[]	[]	[]	[]
5. Jak często ktoś sprawiał, że czułeś, że nie obchodzi go to, co myślisz lub masz do powiedzenia?	[]	[]	[]	[]