

عاطفه مثبت و عاطفه منفی PANAS

واتسون، کلارک و نگلن

مقیاس حاضر شامل برخی واژه‌ها است که احساسات و هیجانات متفاوت را توصیف می‌کند. یکایک عبارات را بخوانید سپس جلوی هر واژه پاسخ مناسب را علامت بزنید. مشخص کنید به طور معمول چه میزان هر یک را احساس می‌کنید. از مقیاس زیر برای ثبت پاسخ‌های خود استفاده کنید.

بسیار زیاد	زیاد	متوسط	کمی	به هیچ وجه	۱ ----- ۲ ----- ۳ ----- ۴ ----- ۵
عالقمندی	پریشانی	ذوق‌زدگی	ناراحتی	نیرومندی	گناه
زودرنجی	هوشیاری و زیرکی	شرمساری	خوش ذوقی	بی‌قراری	ترس و وحشت
عصوبت	متصمم	متوجه و دقیق	فعال	هراسان	خصوصت
شور و شوق	غرور و افتخار				