**Self-Stigma Scale Short**

(Translated Polish Version)

Poniżej znajduje się dziewięć stwierdzeń odnoszących się do różnych aspektów życia z niepełnosprawnością. Przy każdym z nich znajdują się cztery możliwe odpowiedzi. Proszę przeczytać każde stwierdzenie i zaznaczyć odpowiedź, która najtrafniej odnosi się do Pana/Pani. Do każdego stwierdzenia proszę ustosunkować się, zaznaczając tylko jedną z czterech możliwych odpowiedzi:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | **całkowicie się nie zgadzam** | **nie zgadzam się** | **zgadzam się** | **całkowicie się zgadzam** |
| 1. | Mam wrażenie, że inni od razu wiedzą o mojej niepełnosprawności. | ① | ② | ③ | ④ |
| 2. | Moja tożsamość jako osoby z niepełnosprawnością naraża mnie na niedogodności w życiu codziennym. | ① | ② | ③ | ④ |
| 3. | Nie mam odwagi zaprzyjaźniać się z nowymi osobami, bojąc się, że dowiedzą się o mojej niepełnosprawności. | ① | ② | ③ | ④ |
| 4. | Czuję się niekomfortowo z powodu mojej niepełnosprawności. | ① | ② | ③ | ④ |
| 5. | Moja tożsamość jako osoby z niepełnosprawnością jest dla mnie ciężarem. | ① | ② | ③ | ④ |
| 6. | Ludzi zraża do mnie to, że jestem osobą z niepełnosprawnością. | ① | ② | ③ | ④ |
| 7. | Czuję, że nie mogę nic zrobić z moją niepełnosprawnością. | ① | ② | ③ | ④ |
| 8. | Moja tożsamość jako osoby z niepełnosprawnością ogranicza moje życie. | ① | ② | ③ | ④ |
| 9. | Unikam interakcji z innymi, ponieważ jestem osobą z niepełnosprawnością. | ① | ② | ③ | ④ |

Anna Pyszkowska

[anna.pyszkowska@us.edu.pl](mailto:anna.pyszkowska@us.edu.pl)

cognitive-behavioral therapist and assistant at the Institute of Psychology, University of Silesia, Poland