

Anexo 6: Questionário de Preocupação do Estado da Pensilvânia [Penn State Worry

Questionnaire (PSWQ)]

Por favor, escreva o número que melhor representa o quanto cada afirmativa se adequa à sua forma de ser.

Não me adequo 1	Adequo-me pouco 2	Adequado 3	Muito adequado 4	Extremamente adequado 5
1. A falta de tempo para fazer todas as minhas coisas não me preocupa.				
2. Minhas preocupações me angustiam.				
3. Não costumo me preocupar com as coisas.				
4. Muitas situações me causam preocupação.				
5. Eu sei que não deveria me preocupar com as coisas, mas não consigo me controlar.				
6. Quando me encontro sob pressão fico muito preocupado(a).				
7. Estou sempre preocupado(a) com algo.				
8. Desligo-me facilmente das minhas preocupações.				
9. Ao terminar uma tarefa, começo a me preocupar com as outras coisas que tenho para fazer.				
10. Nunca me preocupo com nada.				
11. Não me preocupo com algo, quando já não há mais nada a fazer.				
12. Tenho tido preocupações durante toda a minha vida.				
13. Noto que ando preocupado com as coisas.				
14. Uma vez que começo a me preocupar, não consigo parar.				
15. Fico preocupado o tempo todo.				
16. Preocupo-me com as coisas até que elas estejam concluídas.				