

PANAS - Positive and Negative Affect Schedule

Para avaliação de afeto

Indique o quanto você tem experimentado cada um dos sentimentos nas últimas semanas.

1 - Interessado(a)

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

2 - Orgulhoso(a)

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

3 - Alerta

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

4 - Atento(a)

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

5 - Entusiasmado(a)

- Muito pouco ou nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito
- Extremamente

6 - Forte

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

7 - Determinado(a)

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

8 - Orgulhoso(a)

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

9 - Interesse em novas coisas

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

10 - Orgulhoso(a)

- Muito pouco ou nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito
- Extremamente

11 - Assustado(a)

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

12 - Hostil

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

13 - Irritável

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

14 - Nervoso(a)

- Muito pouco ou nada
 - Pouco
 - Moderadamente
 - Muito
 - Extremamente
-

15 - Ansioso(a)

- Muito pouco ou nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito
- Extremamente

16 - Desanimado(a)

- Muito pouco ou nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito
- Extremamente

17 - Preocupado(a)

- Muito pouco ou nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito
- Extremamente

18 - Medroso(a)

- Muito pouco ou nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito
- Extremamente

19 - Hostil

- Muito pouco ou nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito
- Extremamente

20 - Irritado(a)

- Muito pouco ou nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito
- Extremamente

Bibliografia:

PANAS - Positive and Negative Affect Schedule

Autores: Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A.

Referência original: Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988).

Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. Journal of Personality and Social Psychology, 54(6), 1063–1070.

Versão brasileira: Carvalho, L. F., & Nunes, C. H. S. S. (2008). *Adaptação brasileira da escala PANAS.* Revista Psicologia: Reflexão e Crítica, 21(3), 405–415.