

# Guilt and Shame Proneness Scale (GASP)



In questo questionario leggerai di alcune situazioni che si possono incontrare nella vita quotidiana, seguite da reazioni comuni che esse suscitano. Nel leggere ciascuno scenario, prova ad immaginarti in quella situazione. Poi indica la probabilità che tu hai di reagire nel modo descritto.

|                                                                                                                                                                                                                                                           |                       |                 |                             |                      |                           |               |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------|-----------------------------|----------------------|---------------------------|---------------|---------------------|
| 1. Dopo essermi reso conto di aver ricevuto un resto maggiore in un negozio, decido di tenermelo visto che l'addetto alle vendite non se ne è accorto. Quanto è probabile che tu ti senta a disagio nel tenere i soldi?                                   | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 2. Sei stato informato privatamente che sei l'unico nel tuo gruppo a non aver ottenuto un riconoscimento in quanto hai saltato troppi giorni di scuola. Quanto è probabile che questa cosa ti porti ad essere più responsabile nel frequentare la scuola? | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 3. In libreria hai strappato un articolo di giornale e lo hai portato con te. Il tuo insegnante scopre cosa hai fatto e lo dice al librario e a tutta la tua classe. Quanto è probabile che questa cosa ti faccia sentire una brutta persona?             | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 4. Dopo aver commesso un grosso errore su un importante progetto a lavoro in cui altre persone dipendevano da te, il tuo capo ti critica di fronte ai tuoi colleghi. Quanto è probabile che tu finga di essere malato e lasci il lavoro?                  | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 5. Hai rivelato un segreto di un amico, ma quest'ultimo non può arrivare a scoprirlo. Quanto è probabile che questa tua incapacità di mantenere il segreto ti porti a fare uno sforzo maggiore per mantenere i segreti in futuro?                         | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 6. Hai fatto una brutta presentazione a lavoro. In seguito, il tuo capo dice ai tuoi colleghi che per colpa tua la vostra azienda ha perso il contratto. Quanto è probabile che tu ti senta un incompetente?                                              | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 7. Un amico ti dice che ti vanti troppo. Quanto è probabile che tu interrompa la frequentazione con questo amico?                                                                                                                                         | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 8. La tua casa è molto in disordine e suonano alla porta degli ospiti inattesi che entrano. Quanto è probabile che tu eviterai gli ospiti sino a quando non se ne andranno?                                                                               | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 9. Hai commesso un reato che tieni nascosto. Quanto è probabile che tu senta il rimorso per aver infranto la legge?                                                                                                                                       | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |

|                                                                                                                                                                                                                                                                          |                       |                 |                             |                      |                           |               |                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------|-----------------------------|----------------------|---------------------------|---------------|---------------------|
| 10. Hai accentuato i danni riportati in un processo ottenendo un esito positivo. Dopo alcuni mesi, le tue menzogne vengono scoperte e vieni accusato di falsa testimonianza. Quanto è probabile che tu pensi di essere una persona spregevole?                           | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 11. In una discussione hai preso con forza una posizione e, sebbene nessuno se ne sia accorto, ti sei reso conto di aver sbagliato. Quanto è probabile che questo ti porti a pensare più attentamente prima di parlare?                                                  | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 12. Porti a casa materiale di cancelleria dell'ufficio per uso personale e vieni beccato dal tuo capo. Quanto è probabile che questa cosa ti porti a lasciare il tuo lavoro?                                                                                             | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 13. Fai un errore a lavoro e scopri che un tuo collega viene accusato per questo. In seguito, i tuoi colleghi si confrontano con te in merito all'errore. Quanto è probabile che tu ti possa sentire un codardo?                                                         | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 14. Ad una festa di benvenuto di un tuo collega, tu versi del vino rosso sul nuovo tappeto color crema. Copri la macchia con una sedia in modo che nessuno possa notare il tuo pasticcio. Quanto è probabile che tu senta che il modo in cui hai agito è stato patetico? | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 15. Mentre stai discutendo animatamente con amici di un argomento, improvvisamente realizzi che stai gridando anche se nessuno sembra averci fatto caso. Quanto è probabile che tu possa provare ad agire in maniera più attenta con i tuoi amici?                       | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |
| 16. Menti a delle persone che non se ne accorgono. Quanto è probabile che tu ti possa sentire una persona pessima rispetto alle bugie che hai detto?                                                                                                                     | Molto improbabile (1) | Improbabile (2) | Leggermente improbabile (3) | Probabile al 50% (4) | Leggermente probabile (5) | Probabile (6) | Molto probabile (6) |

Velotti, P., Faccini, F., Rogier, G., Marchegiani, L., & Amore, M. (2024). Exploring Narcissism in Suicidal Ideation Using the Italian Version of the Guilt and Shame Proneness Scale. *Alpha psychiatry*, 25(1), 75–81.  
<https://doi.org/10.5152/alphapsychiatry.2024.231282>

#### Scoring:

Sottoscala "Guilt Negative Behavior Evaluation": ITEM: 1, 9, 14, 16

Sottoscala "Shame Negative Self-Evaluation": ITEM: 3, 6, 10, 13

Sottoscala: "Guilt Repair": ITEM: 2, 5, 11, 15

Sottoscala: "Shame Withdraw": ITEM: 4, 7, 8, 12