

斯宾思儿童焦虑量表

(家长报告)

你的名字: _____

日期: _____

你孩子的名字: _____

下面是一些对孩子的描述。请根据每种情形在你孩子身上发生的程度，把最准确的回答在右边相应的的词上圈出来。
请回答所有的问题。

1. 我的孩子担心各种事情 从不 有时 常常 总是
2. 我的孩子怕黑 从不 有时 常常 总是
3. 我的孩子遇到问题时，他/她就说胃部有点不舒服 从不 有时 常常 总是
4. 我的孩子诉说他/她感到害怕 从不 有时 常常 总是
5. 要是我的孩子一个人呆在家里的话，他会害怕的 从不 有时 常常 总是
6. 我的孩子要考试时会感到恐慌 从不 有时 常常 总是
7. 我的孩子害怕用公共厕所或公共浴室 从不 有时 常常 总是
8. 我的孩子担心离开我（们） 从不 有时 常常 总是
9. 我的孩子生怕自己会在别人面前出丑 从不 有时 常常 总是
10. 我的孩子担心在学校里学习不好 从不 有时 常常 总是
11. 我的孩子担心家里有人会碰到倒霉的事情 从不 有时 常常 总是
12. 我的孩子诉说他/她会无缘无故地突然觉得自己好像透不过气来 从不 有时 常常 总是
13. 我的孩子必须不断检查自己有没有把事情做好（比如开关关好了没有，门锁上了没有） 从不 有时 常常 总是
14. 如果我的孩子必需自己一个人睡觉，他/她就会觉得恐慌 从不 有时 常常 总是
15. 早晨上学去对我的孩子来说是很苦恼的，因为他感到紧张或害怕 从不 有时 常常 总是
16. 我的孩子怕狗 从不 有时 常常 总是
17. 我的孩子似乎不能摆脱头脑里一些不好的或愚蠢的想法 从不 有时 常常 总是
18. 我的孩子遇到问题时，他会诉说心跳得很快 从不 有时 常常 总是
19. 我的孩子会无缘无故地突然开始颤抖或发抖 从不 有时 常常 总是
20. 我的孩子担心有什么不好的事情会在他/她自己身上发生 从不 有时 常常 总是
21. 我的孩子对去看医生或牙医很恐慌 从不 有时 常常 总是

22. 当我的孩子遇到问题时，他就感到紧张发抖 从不 有时 常常 总是
23. 我的孩子对高度很恐慌（比如，在悬崖上） 从不 有时 常常 总是
24. 我的孩子必需去想一些特殊的想法(比如数字或词语)以阻止坏事的发生 从不 有时 常常 总是
25. 如果我的孩子必需坐车，或乘大巴或火车旅行，他/她就感到恐慌 从不 有时 常常 总是
26. 我的孩子担心别人对他/她是怎么想的 从不 有时 常常 总是
27. 我的孩子害怕呆在拥挤的地方（如购物中心、电影院、公共汽车、热闹的游乐场） 从不 有时 常常 总是
28. 根本没有什么原因，突然间我的孩子会觉得非常恐慌 从不 有时 常常 总是
29. 我的孩子怕小虫子或蜘蛛 从不 有时 常常 总是
30. 我的孩子诉说无缘无故地会突然间头晕或象要昏倒了 从不 有时 常常 总是
31. 如果我的孩子必需在全班同学面前讲话他/她就感到害怕 从不 有时 常常 总是
32. 我的孩子诉说没有什么原因他/她的心突然跳得太快了 从不 有时 常常 总是
33. 即使没有什么可怕的东西，我的孩子还是担心他/她会突然产生恐慌的感觉 从不 有时 常常 总是
34. 我的孩子害怕呆在狭小封闭的地方，比如隧道或小房间里 从不 有时 常常 总是
35. 有些事情我的孩子必须一遍遍地反复做（比如洗手，打扫卫生，或把东西按照
固定的次序放好） 从不 有时 常常 总是
36. 我的孩子头脑里有些不好的或愚蠢的想法和形象让他/她感到困惑不安 从不 有时 常常 总是
37. 我的孩子必需以特定的恰当方式去做某些事情来阻止坏事的发生 从不 有时 常常 总是
38. 如果我的孩子必需离家在外过夜他/她会觉得很恐慌 从不 有时 常常 总是
39. 还有其它什么你的孩子真的很害怕？ 有 没有

如果有，请把它们的写下来，是什么，以及害怕的频度：

_____ 从不 有时 常常 总是

_____ 从不 有时 常常 总是

_____ 从不 有时 常常 总是