

مقیاس اضطراب کودکان اسپنس

(گزارش والدین)

| | |
|-------------------------------------|-------------------------|
| نام و نام خانوادگی:..... | نام کودک:..... |
| سن کودک:..... | فرزند چندم:..... |
| تعداد فرزندان: پسر:..... دختر:..... | میزان تحصیلات پدر:..... |
| میزان تحصیلات مادر:..... | شغل پدر:..... |
| شغل مادر:..... | |

در زیر سئوالاتی در مورد کودکان آمده است. لطفاً از میان پاسخهای چهارگانه گزینه ای که فرزند شما را بهتر توصیف میکند انتخاب نموده و آن مورد را با علامت ضربدر(*) مشخص نمایید. توجه داشته باشید که پاسخ صحیح یا غلط وجود ندارد.

| شماره | سؤال | پاسخ | | | |
|-------|---|------|----------|--------|-------|
| | | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱ | کودک من درباره ی همه چیز نگران است. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۲ | کودک من از تاریکی می ترسد. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۳ | هر موقع کودک من مشکلی دارد احساس عجیبی در دلش پیدا میکند. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۴ | کودک من احساس ترس می کند . | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۵ | کودک من از تنها ماندن در خانه احساس ترس میکند. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۶ | کودک من از امتحان دادن میترسد . | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۷ | کودک من موقعی که مجبور است از حمام یا توالت های عمومی استفاده کند می ترسد. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۸ | کودک من زمانیکه از من یا ما دور میشود نگران میگردد. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۹ | کودک من میترسد رفتارش بگونه ای باشد که مردم مسخره اش کنند. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱۰ | کودک من نگران است که کارهای مدرسه اش را بد انجام بدهد. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱۱ | کودک من نگران است که اتفاق بدی برای یکی از اعضای خانواده بیافتد . | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱۲ | کودک من احساس میکند که انگار نمی تواند نفس بکشد بدون آنکه دلیلی وجود داشته باشد. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱۳ | کودک من مجبور است همه چیز را بطور دائم کنترل کند که درست انجام داده باشد.(برای مثال چراغ را خاموش و یا در را بسته باشد) . | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱۴ | کودک من از تنها خوابیدن می ترسد . | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱۵ | کودک من سختش است که صبحها به مدرسه برود چون اعصابش ناراحت است و احساس ترس میکند. | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱۶ | کودک من از سگ می ترسد . | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |
| ۱۷ | بنظر نمی رسد که افکار بد و بیجگانه از سر کودک من بیرون بیاید . | هرگز | گاه گاهی | غالباً | همیشه |

| پاسخ | | | | سؤال | شماره |
|-------|--------|----------|------|---|-------|
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من وقتی مشکلی دارد از اینکه قلبش تند می زند شکایت دارد. | ۱۸ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من ناگهان بدون هیچ دلیلی شروع به لرزش می کند . | ۱۹ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من نگران است که اتفاق بدی برایش بیافتد . | ۲۰ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من از رفتن به دکتر یا دندانپزشک می ترسد. | ۲۱ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من هر موقع مشکلی داشته باشد احساس بی ثباتی میکند. | ۲۲ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من از مکانهای مرتفع ، جاهای بلند و ارتفاعات (برای مثال بالای صخره) میترسد . | ۲۳ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من مجبور است افکار خاصی بکند(مثل اعداد یا کلمات) تا از اتفاق های بد جلوگیری بکند . | ۲۴ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من از مسافرت با ماشین یا قطار یا اتوبوس میترسد. | ۲۵ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من نگران است که دیگران راجع به او چه فکر میکنند . | ۲۶ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من از جاهای شلوغ میترسد .(مانند مراکز خرید- سینما- اتوبوس- زمین بازی) | ۲۷ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من ناگهان بدون دلیل احساس ترس میکند. | ۲۸ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من از عنکبوت یا حشرات می ترسد. | ۲۹ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من بدون هیچ دلیلی احساس غش و سرگیجه میکند . | ۳۰ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من از صحبت کردن در کلاس درس و مقابل سایر دانش آموزان می ترسد. | ۳۱ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من از اینکه قلبش بطور ناگهانی و بدون هیچ دلیلی شروع به طپش می کند شکایت دارد. | ۳۲ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من نگران است که احساس ترس بکند بدون آنکه هیچ دلیلی وجود داشته باشد. | ۳۳ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من از اینکه در جاهای کوچک و بسته باشد می ترسد .(مثل تونل ها یا اتاق های کوچک) . | ۳۴ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من احساس اجبار میکند که بعضی کارها را بطور تکراری انجام دهد. (مثل شستن دستهایش و یا تمیز کردن یا قراردادن چیزها به ترتیب خاص) | ۳۵ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | افکار یا تصاویر بچگانه در ذهن کودک من او را آزار می دهد. | ۳۶ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من احساس اجبار میکند چیزهایی را به شیوه ای کاملاً" درست انجام دهد تا اتفاق بدی نیافتد . | ۳۷ |
| همیشه | غالباً | گاه گاهی | هرگز | کودک من اگر مجبور شود در طول شب از خانه دور شود احساس ترس می کند. | ۳۸ |

آیا چیز دیگری هست که بچه شما از آن بترسد.(لطفاً بنویسید که آن چیست و هر چند وقت یکبار از آن می ترسد).