www.mhrn.net
تاریخ دانلود
۱۴۰۵/۰۷/۱۴ ۱۰:۱۹

اضطراب آشکار کودکان

رینولدز و ریچموند

سن: جنس: پایه تحصیلی:

لطفاً، هر جمله را بدقت بخوانید. اگر در مورد شما درست است دور کلمه«بله» و اگر در مورد شما درست نیست، دور کلمه«خیر» دایره بکشید.

۱- تصمیم‌گیری برایم مشکل است.	بله	خیر
۲- وقتی کارها به دلخواهم نباشد، عصبی می‌شوم.	بله	خیر
۳- به نظر می‌رسد که دیگران کارهایشان را راحت‌تر از من انجام می‌دهند.	بله	خیر
۴- تمام کسانی را که می‌شناسم، دوست دارم.	بله	خیر
۵- بیشتر وقت‌ها، راحت نفس نمی‌کشم.	بله	خیر
۶- بیشتر وقت‌ها، نگران هستم.	بله	خیر
۷- من از خیلی چیزها می‌ترسم.	بله	خیر
۸- من همیشه مهربان هستم.	بله	خیر
۹- خیلی زود عصبانی می‌شوم.	بله	خیر
۱۰- نگران این هستم که پدر و مادرم به من چه خواهند گفت.	بله	خیر
۱۱- احساس می‌کنم که دیگران از روش انجام کارهایم، خوششان نمی‌آید.	بله	خیر
۱۲- همیشه رفتارم خوب و پسندیده است.	بله	خیر
۱۳- شب‌ها راحت نمی‌خوابم.	بله	خیر
۱۴- نگران این هستم که دیگران در مورد من چگونه فکر می‌کنند.	بله	خیر
۱۵- حتی موقعی که با دیگران هستم، احساس تنهایی می‌کنم.	بله	خیر
۱۶- من همیشه آدم خوبی هستم.	بله	خیر
۱۷- من بیشتر وقت‌ها دلشوره دارم.	بله	خیر
۱۸- خیلی زود ناراحت می‌شوم.	بله	خیر
۱۹- دست‌هایم عرق می‌کنند.	بله	خیر
۲۰- همیشه با دیگران خوش برخورد هستم.	بله	خیر
۲۱- بیشتر وقت‌ها خسته هستم.	بله	خیر
۲۲- نگران این هستم که چه اتفاقی ممکن است نیفتد.	بله	خیر
۲۳- کودکان دیگر خوشحال‌تر از من هستند.	بله	خیر
۲۴- همیشه حقیقت را می گویم.	بله	خیر

www.mhrn.net
تاریخ دانلود
۱۴۰۲/۰۷/۱۴ ۱۰:۱۹

۲۵- من خواب‌های بد می‌بینم.	بله	خیر
۲۶- هر وقت کسی از من ایراد می‌گیرد، خیلی زود ناراحت می‌شوم.	بله	خیر
۲۷- احساس می‌کنم که یک نفر به من خواهد گفت که کارهایم را درست انجام نمی‌دهم.	بله	خیر
۲۸- من هرگز عصبانی نمی‌شوم.	بله	خیر
۲۹- گاهی اوقات وحشت‌زده از خواب می‌پرم.	بله	خیر
۳۰- شب‌ها، وقتی که می‌خواهم بخوابم، نگرانی دارم.	بله	خیر
۳۱- به سختی می‌توانم فکرم را روی تکالیف مدرسه‌ام متمرکز کنم.	بله	خیر
۳۲- حرف‌هایی را که نباید بزنم، هرگز به زبان نمی‌آورم.	بله	خیر
۳۳- روی صندلی خود خیلی بی‌قرار و ناآرام هستم.	بله	خیر
۳۴- من آدمی عصبی هستم.	بله	خیر
۳۵- افراد زیادی با من مخالفت می‌کنند.	بله	خیر
۳۶- هرگز دروغ نمی‌گویم.	بله	خیر
۳۷- بیشتر وقت‌ها نگران هستم که اتفاق بدی برایم می‌افتد.	بله	خیر

www.mhrn.net