



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 می‌گویم. بله خیر



- 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 می‌پریم. 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

سازمان محترم مشاوران و روانشناسان
www.mhri.net