



نام و نام خانوادگی:

سن:

تحصیلات:

تاریخ:

با سلامراهنمایی:

در زیر، فهرستی از عباراتی آمده که احساسات افراد را توصیف می‌کنند. هر عبارت را با دقت بخوانید و تصمیم بگیرید که آیا آن جمله برای فرزند شما " نادرست است یا به ندرت درست است" یا " تا حدی درست یا گاهی درست است" یا " بسیار درست یا غالب اوقات درست است". سپس پاسخ مناسبی را انتخاب کنید که به نظر می‌رسد کودک یا نوجوان شما را در ۳ ماه گذشته توصیف می‌کند. لطفاً به همه عبارات پاسخ دهید. حتی اگر برخی از آنها به نظر نمی‌رسد که ربطی به کودک شما داشته باشد.

| ردیف | عبارات | نادرست است یا به ندرت درست است | تا حدی درست یا گاهی درست است | بسیار درست یا غالب اوقات درست است |
|------|---|--------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| ۱ | زمانی که فرزندم احساس ترس می‌کند، نفس کشیدن برایش سخت است. | | | |
| ۲ | زمانی که فرزندم در مدرسه است سردرد دارد. | | | |
| ۳ | او به خاطر این که خوب نمی‌داند دوست ندارد که با مردم باشد. | | | |
| ۴ | فرزندم اگر دور از خانه بخواهد، می‌ترسد. | | | |
| ۵ | فرزندم در مورد این که دیگران او را دوست بدارند، نگران است. | | | |
| ۶ | زمانی که فرزندم وحشت می‌کند، احساسی شبیه به ضعف کردن دارد. | | | |
| ۷ | فرزندم عصبی است. | | | |
| ۸ | فرزندم، مرا هر جایی که می‌روم، دنبال می‌کند. | | | |
| ۹ | مردم به من می‌گویند که کودک من دستپاچه به نظر می‌رسد. | | | |
| ۱۰ | فرزندم هنگام روبرو شدن با کسانی که آنها را به خوبی نمی‌شناسد، احساس دستپاچی می‌کند. | | | |
| ۱۱ | فرزندم در مدرسه معده درد دارد. | | | |
| ۱۲ | زمانی که فرزندم می‌ترسد، احساسی همچون دیوانه شدن، دارد. | | | |
| ۱۳ | فرزندم در مورد تنها خوابیدن، نگران است. | | | |
| ۱۴ | فرزندم نگران است که به همان خوبی بچه های دیگر نباشد. | | | |
| ۱۵ | زمانی که او می‌ترسد، احساسی شبیه به اینکه اشیا واقعی نیستند، دارد. | | | |
| ۱۶ | فرزندم کابوس‌هایی دارد در مورد اینکه اتفاق بدی برای والدینش می‌افتد. | | | |
| ۱۷ | فرزندم در مورد رفتن به مدرسه نگران است. | | | |
| ۱۸ | زمانی که فرزندم می‌ترسد، قلبش به شدت می‌تپد. | | | |
| ۱۹ | او ضعیف است. | | | |
| ۲۰ | فرزندم کابوسهایی دارد، در مورد اینکه اتفاق بدی برایش می‌افتد. | | | |



| بسیار درست یا غالب اوقات درست است | تا حدی درست یا گاهی درست است | نادرست است یا به ندرت درست است | عبارات | ردیف |
|---|------------------------------------|--------------------------------------|---|------|
| | | | فرزندم در مورد وسایلش که خراب می شوند، نگران است. | ۲۱ |
| | | | زمانی که فرزندم می ترسد، زیاد عرق می کند. | ۲۲ |
| | | | او نگران است. | ۲۳ |
| | | | فرزندم همیشه بدون هیچ دلیلی می ترسد. | ۲۴ |
| | | | فرزندم از تنها بودن در خانه می ترسد. | ۲۵ |
| | | | برای فرزندم از اینکه او خوب نداند صحبت کردن با مردم سخت است. | ۲۶ |
| | | | زمانی که فرزندم می ترسد، احساسی شبیه خفه شدن دارد. | ۲۷ |
| | | | مردم به من می گویند که فرزندم خیلی زیاد نگران است. | ۲۸ |
| | | | فرزندم دوست ندارد که دور از خانواده اش باشد. | ۲۹ |
| | | | فرزندم از داشتن حملات اضطراب (یا ترس ناگهانی) می ترسد. | ۳۰ |
| | | | فرزندم نگران است که ممکن است اتفاق بدی برای والدینش بیفتد. | ۳۱ |
| | | | فرزندم با مردم از اینکه او خوب نداند احساس خجالت می کند. | ۳۲ |
| | | | فرزندم در مورد آنچه که در آینده اتفاق می افتد، نگران است. | ۳۳ |
| | | | وقتی فرزندم می ترسد، احساسی شبیه به استفراغ کردن دارد. | ۳۴ |
| | | | فرزندم در مورد اینکه چطور کارها را خوب انجام دهد، نگران است. | ۳۵ |
| | | | فرزندم از رفتن به مدرسه، می ترسد. | ۳۶ |
| | | | فرزندم در مورد چیزهایی که قبلاً اتفاق افتاده، نگران است. | ۳۷ |
| | | | وقتی که فرزندم می ترسد، احساس گیجی می کند. | ۳۸ |
| | | | فرزندم وقتی که با دیگر بچه ها یا بزرگسالان است، و مجبور است که چیزی را انجام دهد، درحالی که آنها او را تماشا میکنند، احساس دستپاچگی می کند. (مثلاً: با صدای بلند خواندن، صحبت کردن، بازی کردن، ورزش کردن.) | ۳۹ |
| | | | وقتی فرزندم به مهمانی ها یا هر جایی که افراد ناآشنا در آنجا باشند، می رود، احساس دستپاچگی می کند. | ۴۰ |
| | | | او خجالتی است. | ۴۱ |



نام و نام خانوادگی:

سن:

تحصیلات:

تاریخ:

با سلام

راهنمایی:

در زیر، فهرستی از عباراتی آمده که احساسات افراد را توصیف می کنند. هر عبارت را بخوانید و تصمیم بگیرید که آیا آن جمله برای شما " نادرست است یا به ندرت درست است " یا " تا حدی درست یا گاهی درست است " یا " بسیار درست یا غالب اوقات درست است " است. سپس پاسخ مناسب را انتخاب کنید .

| ردیف | عبارات | نادرست است یا به ندرت درست است | تا حدی درست یا گاهی درست است | بسیار درست یا غالب اوقات درست است |
|------|---|--------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| ۱ | زمانی که احساس ترس می کنم، نفس کشیدن برایم سخت است. | | | |
| ۲ | وقتی در مدرسه هستم، سردرد دارم. | | | |
| ۳ | من به خاطر این که مردم را خوب نمی شناسم، دوست ندارم با آنها باشم. | | | |
| ۴ | من اگر دور از خانه بخوابم، می ترسم. | | | |
| ۵ | من در مورد این که دیگران مرا دوست دارند، نگرانم. | | | |
| ۶ | زمانی که وحشت می کنم، احساسی شبیه به ضعف کردن دارم. | | | |
| ۷ | من عصبی هستم. | | | |
| ۸ | من هر جا پدر یا مادرم بروند، دنبالشان می روم. | | | |
| ۹ | مردم به من می گویند که دستپاچه به نظر می رسم. | | | |
| ۱۰ | من هنگام روبرو شدن کسانی که آنها را به خوبی نمی شناسم احساس دستپاچی می کنم. | | | |
| ۱۱ | من در مدرسه معده درد دارم. | | | |
| ۱۲ | زمانی که می ترسم، احساسی شبیه به این که دیوانه هستم، دارم. | | | |
| ۱۳ | من در مورد تنها خوابیدن، نگرانم. | | | |
| ۱۴ | من نگرانم که به همان خوبی بچه های دیگر نباشم. | | | |
| ۱۵ | زمانی که می ترسم، احساسی شبیه به این که اشیاء واقعی نیستند، دارم. | | | |
| ۱۶ | من کابوس هایی می بینم که اتفاق بدی برای والینم می افتد. | | | |
| ۱۷ | من در مورد رفتن به مدرسه نگرانم. | | | |
| ۱۸ | زمانی که وحشت می کنم، قلبم به شدت می تپد. | | | |
| ۱۹ | من ضعیف هستم. | | | |
| ۲۰ | من کابوس هایی می بینم، در مورد این که اتفاق بدی برای من می افتد. | | | |
| ۲۱ | من در مورد وسایلم که خراب می شوند، نگرانم. | | | |
| ۲۲ | زمانی که می ترسم، زیاد عرق می کنم. | | | |



| بسیار درست یا غالب اوقات درست است | تا حدی درست یا گاهی درست است | نادرست است یا به ندرت درست است | عبارات | ردیف |
|-----------------------------------|------------------------------|--------------------------------|---|------|
| | | | من نگران هستم. | ۲۳ |
| | | | من همیشه بدون هیچ دلیلی می ترسم. | ۲۴ |
| | | | من از تنها بودن در خانه می ترسم. | ۲۵ |
| | | | برای من سخت است با افرادی که خوب آنها را نمی شناسم، صحبت کنم. | ۲۶ |
| | | | زمانی که می ترسم، احساسی شبیه به خفه شدن دارم. | ۲۷ |
| | | | مرم به من می گویند که خیلی زیاد نگرانم. | ۲۸ |
| | | | من دوست ندارم که دور از خانواده ام باشم. | ۲۹ |
| | | | من از داشتن حملات اضطرابی (یا ترس ناگهانی) می ترسم. | ۳۰ |
| | | | من نگرانم که ممکن است اتفاق بدی برای والدینم بیفتد. | ۳۱ |
| | | | من از افراد نا آشنا، خجالت می کشم. | ۳۲ |
| | | | من در مورد آن چه که در آینده اتفاق می افتد، نگرانم. | ۳۳ |
| | | | وقتی می ترسم، احساسی شبیه به استفراغ کردن به من دست می دهد. | ۳۴ |
| | | | من در مورد این که چطور کارها را خوب انجام دهم، نگرانم. | ۳۵ |
| | | | من از رفتن به مدرسه، می ترسم. | ۳۶ |
| | | | من در مورد چیزهایی که قبلاً اتفاق افتاده، نگرانم. | ۳۷ |
| | | | وقتی که می ترسم، احساس سردرگمی و گیجی می کنم. | ۳۸ |
| | | | وقتی که با دیگر بچه ها یا بزرگسالان هستم و مجبورم که چیزی را انجام دهم، در حالی که آنها مرا تماشا می کنند، احساس دستپاچگی می کنم. (مثلاً با صدای بلند خواندن، صحبت کردن، بازی کردن، ورزش کردن). | ۳۹ |
| | | | وقتی به مهمانی ها یا جاهایی می روم، که افرادی نا آشنا در آنجا هستند، احساس دستپاچگی می کنم. | ۴۰ |
| | | | من خجالتی هستم. | ۴۱ |