

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΑΓΧΩΔΕΙΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ
Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED)

Boris Birmaher, MD, Suneeta Khetarpal, MD, Marlane Cully, MEd, David Brent, MD, and Sandra McKenzie, PhD. Western Psychiatric Institute and Clinic, University of Pgh.

Μετάφραση και προσαρμογή στην ελληνική γλώσσα από την Μαρία Κωνσταντινοπούλου και την Ιωάννα Μαρία Μπαντζιά

Ερωτηματολόγιο Για το Παιδί (να συμπληρωθεί από το παιδί)

ΟΝΟΜΑ:

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:.....

ΟΔΗΓΙΕΣ:

Ακολουθεί μια λίστα με δηλώσεις που περιγράφουν πώς νιώθουν οι άνθρωποι. Διάβασε προσεκτικά κάθε πρόταση και αποφάσισε αν είναι “Δεν είναι Αληθές ή Σχεδόν Ποτέ Αληθές” ή “Κάπως Αληθές ή Μερικές Φορές Αληθές” ή “Πολύ Αληθές ή Συχνά Αληθές”.

Οι απαντήσεις αφορούν εσένα. Στη συνέχεια, για κάθε πρόταση, συμπλήρωσε τον κύκλο που αντιστοιχεί στην απάντηση που περιγράφει εσένα τους τελευταίους 3 μήνες.

	0	1	2
	Δεν είναι Αληθές ή Σχεδόν Ποτέ Αληθές	Κάπως Αληθές ή Μερικές Φορές Αληθές	Πολύ Αληθές ή Συχνά Αληθές
1) Όταν νιώθω φοβισμένος δυσκολεύομαι να αναπνεύσω.	o	o	o
2) Έχω πονοκεφάλους όταν βρίσκομαι στο σχολείο.	o	o	o
3) Δεν μου αρέσει να βρίσκομαι με άτομα που δεν γνωρίζω καλά.	o	o	o
4) Φοβάμαι όταν κοιμάμαι μακριά απ' το σπίτι.	o	o	o
5) Ανησυχώ μήπως με συμπαθούν οι άλλοι.	o	o	o
6) Όταν φοβάμαι, νιώθω πως θα λιποθυμήσω.	o	o	o
7) Είμαι νευρικός.	o	o	o
8) Ακολουθώ τη μητέρα μου ή τον πατέρα μου όπου πηγαίνουν.	o	o	o
9) Οι άλλοι μου λένε ότι φαίνομαι νευρικός.	o	o	o
10) Νιώθω νευρικός με ανθρώπους που δεν γνωρίζω καλά.	o	o	o
11) Έχω στομαχόπονο στο σχολείο.	o	o	o
12) Όταν φοβάμαι, νιώθω σαν να τρελαίνομαι.	o	o	o
13) Ανησυχώ να κοιμάμαι μόνος.	o	o	o
14) Ανησυχώ να είμαι τόσο καλός όσο τα άλλα παιδιά.	o	o	o

15) Όταν φοβάμαι, νιώθω ότι τα πράγματα δεν είναι αληθινά.	ο	ο	ο
16) Έχω εφιάλτες ότι κάτι κακό συμβαίνει στους γονείς μου.	ο	ο	ο
17) Ανησυχώ να πηγαίνω στο σχολείο.	ο	ο	ο
18) Όταν φοβάμαι, η καρδιά μου χτυπάει γρήγορα.	ο	ο	ο
19) Τρέμω.	ο	ο	ο
20) Έχω εφιάλτες για κάτι κακό που μου συμβαίνει.	ο	ο	ο
21) Ανησυχώ μήπως τα πράγματα πάνε καλά για μένα.	ο	ο	ο
22) Όταν φοβάμαι, ιδρώνω πολύ.	ο	ο	ο
23) Είμαι ανήσυχος.	ο	ο	ο
24) Φοβάμαι πραγματικά χωρίς κανένα λόγο.	ο	ο	ο
25) Φοβάμαι να είμαι μόνος στο σπίτι.	ο	ο	ο
26) Μου είναι δύσκολο να μιλάω με ανθρώπους που δεν γνωρίζω καλά.	ο	ο	ο
27) Όταν φοβάμαι, νιώθω σαν να πνίγομαι.	ο	ο	ο
28) Οι άλλοι μου λένε ότι ανησυχώ πάρα πολύ.	ο	ο	ο
29) Δεν μου αρέσει να είμαι μακριά από την οικογένειά μου.	ο	ο	ο
30) Φοβάμαι μήπως έχω άγχος ή κρίσεις πανικού.	ο	ο	ο
31) Ανησυχώ μήπως κάτι κακό συμβεί στους γονείς μου.	ο	ο	ο
32) Νιώθω ντροπή με άτομα που δεν γνωρίζω καλά.	ο	ο	ο
33) Ανησυχώ για το τι πρόκειται να συμβεί στο μέλλον.	ο	ο	ο
34) Όταν φοβάμαι, μου έρχεται να κάνω εμετό.	ο	ο	ο
35) Ανησυχώ για το πόσο καλά κάνω τα πράγματα.	ο	ο	ο
36) Φοβάμαι να πηγαίνω στο σχολείο.	ο	ο	ο
37) Ανησυχώ για πράγματα που έχουν ήδη συμβεί.	ο	ο	ο
38) Όταν φοβάμαι, νιώθω ζάλη.	ο	ο	ο
39) Νιώθω νευρικός όταν είμαι με άλλα παιδιά ή ενήλικες και πρέπει να κάνω κάτι ενώ με παρακολουθούν (για παράδειγμα: να διαβάσω δυνατά, να μιλήσω, να παίξω κάποιο παιχνίδι ή άθλημα).	ο	ο	ο
40) Νιώθω νευρικός όταν πηγαίνω σε πάρτι ή σε οποιοδήποτε μέρος, όπου θα υπάρχουν άνθρωποι, τους οποίους δεν γνωρίζω καλά.	ο	ο	ο
41) Είμαι ντροπαλός	ο	ο	ο

*Για παιδιά ηλικίας 8 έως 11 ετών συνιστάται ο ειδικός να εξηγεί όλες τις ερωτήσεις, διαφορετικά το παιδί μπορεί να δώσει απαντήσεις έχοντας κάποιον ενήλικα κοντά του.

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΑΓΧΩΔΕΙΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ

ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ (ΝΑ ΣΥΜΠΛΗΡΩΘΕΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΟΝΕΑ)

ΟΝΟΜΑ:

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:

ΟΔΗΓΙΕΣ:

Ακολουθεί μια λίστα με δηλώσεις που περιγράφουν πώς νιώθουν οι άνθρωποι. Διαβάστε προσεκτικά κάθε πρόταση και αποφασίστε αν είναι “Δεν είναι Αληθές ή Σχεδόν Ποτέ Αληθές» ή “Κάπως Αληθές ή Μερικές Φορές Αληθές” ή “Πολύ Αληθές ή Συχνά Αληθές”.

Στη συνέχεια, για κάθε πρόταση, συμπληρώστε τον κύκλο, που αντιστοιχεί στην απάντηση που περιγράφει το παιδί σας τους τελευταίους 3 μήνες.

Παρακαλούμε να δώσετε απάντηση για όλες τις προτάσεις ακόμη και αν κάποιες φαίνονται ότι δεν αφορούν το παιδί σας.

	0	1	2
	Δεν είναι Αλήθεια ή Σχεδόν Ποτέ Αληθές	Κάπως Αληθές ή Μερικές Φορές Αληθές	Πολύ Αληθές ή Συχνά Αληθές
1) Όταν το παιδί μου νιώθει φοβισμένο, του είναι δύσκολο να αναπνεύσει.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2) Το παιδί μου έχει πονοκεφάλους όταν βρίσκεται στο σχολείο.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3) Στο παιδί μου δεν του αρέσει να είναι με άτομα που δεν γνωρίζει καλά.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4) Το παιδί μου φοβάται αν κοιμάται μακριά από το σπίτι.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5) Το παιδί μου ανησυχεί αν είναι αρεστό σε άλλους ανθρώπους.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6) Όταν το παιδί μου τρομάζει, νιώθει να λιποθυμά.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7) Το παιδί μου είναι νευρικό.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8) Το παιδί μου με ακολουθεί όπου κι αν πάω.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9) Άλλοι άνθρωποι μου λένε ότι το παιδί μου φαίνεται νευρικό.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10) Το παιδί μου νιώθει νευρικό με άτομα που δεν γνωρίζει καλά.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

11) Το παιδί μου έχει στομαχόπονους στο σχολείο.	ο	ο	ο
12) Όταν το παιδί μου τρομάζει, νιώθει ότι “τρελαίνεται”.	ο	ο	ο
13) Το παιδί μου ανησυχεί μήπως κοιμηθεί μόνο του.	ο	ο	ο
14) Το παιδί μου ανησυχεί μήπως δεν είναι τόσο καλό όσο τα άλλα παιδιά.	ο	ο	ο
15) Όταν φοβάται, νιώθει ότι οι καταστάσεις δεν είναι αληθινές.	ο	ο	ο
16) Το παιδί μου βλέπει εφιάλτες ότι συμβαίνει κάτι κακό στους γονείς του.	ο	ο	ο
17) Το παιδί μου αγχώνεται που πηγαίνει σχολείο.	ο	ο	ο
18) Όταν το παιδί μου αγχώνεται, η καρδιά του χτυπάει δυνατά.	ο	ο	ο
19) Το παιδί μου τρέμει.	ο	ο	ο
20) Το παιδί μου βλέπει εφιάλτες ότι κάτι κακό θα του συμβεί.	ο	ο	ο
21) Το παιδί μου ανησυχεί για τα πράγματα που του πάνε καλά.	ο	ο	ο
22) Όταν το παιδί μου φοβάται, ιδρώνει πολύ.	ο	ο	ο
23) Το παιδί μου είναι ανήσυχος.	ο	ο	ο
24) Το παιδί μου τρομοκρατείται δίχως λόγο.	ο	ο	ο
25) Το παιδί μου φοβάται να μείνει μόνο του στο σπίτι.	ο	ο	ο
26) Είναι δύσκολο για το παιδί μου να μιλήσει σε ανθρώπους που δεν γνωρίζει καλά.	ο	ο	ο
27) Όταν το παιδί μου τρομάζει, νιώθει ότι πνίγεται.	ο	ο	ο
28) Άνθρωποι επισημαίνουν ότι το παιδί μου ανησυχεί πολύ.	ο	ο	ο
29) Στο παιδί μου δεν αρέσει να είναι μακριά από το σπίτι του.	ο	ο	ο
30) Το παιδί μου φοβάται μήπως πάθει κρίσεις άγχους (ή πανικού).	ο	ο	ο
31) Το παιδί μου ανησυχεί μήπως συμβεί κάτι κακό στους γονείς του.	ο	ο	ο
32) Το παιδί μου νιώθει ντροπαλό με ανθρώπους, που δεν γνωρίζει καλά.	ο	ο	ο
33) Το παιδί μου ανησυχεί για το τι θα συμβεί στο μέλλον.	ο	ο	ο
34) Όταν το παιδί μου φοβάται, αισθάνεται ότι θα κάνει εμετό.	ο	ο	ο

35) Το παιδί μου ανησυχεί με το πόσο καλά κάνει τα πράγματα.	ο	ο	ο
36) Το παιδί μου φοβάται να πάει σχολείο.	ο	ο	ο
37) Το παιδί μου ανησυχεί για πράγματα που ήδη έχουν συμβεί.	ο	ο	ο
38) Όταν το παιδί μου φοβάται, νιώθει ζάλη.	ο	ο	ο
39) Το παιδί μου νιώθει νευρικό όταν είναι με άλλα παιδιά ή ενήλικες και πρέπει να κάνει κάτι ενώ το παρακολουθούν (για παράδειγμα: να διαβάσει δυνατά, να μιλήσει, να παίξει κάποιο παιχνίδι ή άθλημα).	ο	ο	ο
40) Το παιδί μου νιώθει νευρικό όταν πηγαίνει σε πάρτι ή σε οποιοδήποτε μέρος, όπου θα υπάρχουν άνθρωποι, τους οποίους δεν γνωρίζει καλά.	ο	ο	ο
41) Το παιδί μου είναι ντροπαλό.	ο	ο	ο

ΚΛΙΜΑΚΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ (ΧΡΗΣΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΩΝ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΕΑ)

Ερώτηση – Πανικός/ Σωματικό – Γενικευμένο Άγχος- Αποχωρισμός- Κοινωνικό-Κοινωνική Αποφυγή

0 = Όχι Αληθές ή Σχεδόν Καθόλου

1 = Σχεδόν Αληθές ή Μερικές Φορές Αληθές

2 = Πολύ Αληθές ή Συχνά Αληθές

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

Μια συνολική βαθμολογία ≥ 25 μπορεί να υποδηλώνει την παρουσία Αγχώδους Διαταραχής. Βαθμολογία μεγαλύτερη των 30 είναι πιο συγκεκριμένη.

Η βαθμολογία 7 για τις ερωτήσεις 1, 6, 9, 12, 15, 18, 19, 22, 24, 27,30, 34, 38 μπορεί να υποδηλώνει Διαταραχή Πανικού ή σοβαρά Σωματικά Συμπτώματα.

Η βαθμολογία 9 για τα ερωτήματα 5, 7, 14,21, 23, 28, 33, 35, 37 μπορεί να υποδηλώνει Γενικευμένη Αγχώδη Διαταραχή.

Η βαθμολογία 5 για τα ερωτήματα 4, 8, 13, 16, 20, 25, 29, 31 μπορεί να υποδηλώνει Άγχος Αποχωρισμού.

Η βαθμολογία 8 για τα ερωτήματα 3, 10, 26, 32, 39, 40, 41 μπορεί να υποδηλώνει Κοινωνικό Άγχος

Η βαθμολογία 3 για τα ερωτήματα 2, 11, 17, 36 μπορεί να υποδηλώνει Σχολική Φοβία/Αποφυγή

Boris Birmaher, MD, Suneeta Khetarpal, MD, Marlane Cully, MEd, David Brent, MD, and Sandra McKenzie, PhD. Western Psychiatric Institute and Clinic, University of Pgh.

Μετάφραση και προσαρμογή στην ελληνική γλώσσα από την Μαρία Κωνσταντινοπούλου και την Ιωάννα Μαρία Μπαντζιά



