



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

نام و نام خانوادگی:

در زیر فهرستی از علائم معمول اضطراب ذکر شده است، لطفاً هر کدام را به دقت مطالعه نموده و با گذاشتن علامت (x) در مربع مربوطه مشخص کنید که تا چه اندازه هر کدام از این علائم در طول هفته گذشته تا به امروز موجب ناراحتی شما شده است.

۱. احساس کرختی یا سوزن سوزن شدن.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)	به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)	به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)	هرگز
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

۲. احساس گر گرفتگی.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)	به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)	به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)	هرگز
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

۳. شلی و سستی در پاها.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)	به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)	به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)	هرگز
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

۴. برآسفتگی (ناتوانی در پیدا کردن حالت آرامش).

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)	به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)	به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)	هرگز
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

۵. ترس از اتفاق افتادن حادثه ای بد و ناگوار.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)	به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)	به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)	هرگز
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

۶. احساس سرگیجه یا منگی.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)	به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)	به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)	هرگز
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

۷. احساس تپش و ضربان شدید قلب.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)	به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)	به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)	هرگز
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

۹. وحشت زدگی.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

۱۰. عصبی بودن.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

۱۱. داشتن احساس خفقان.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

۱۲. لرزش دستها.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

۱۳. احساس سستی و ضعف.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

۱۴. ترس از دست دادن کنترل.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

۱۵. اشکال در تنفس.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

۱۶. ترس از مرگ.

بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است) به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است) به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند) هرگز

هرگز
 به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)
 به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)
 بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)

۱۸. اختلال در گوارش یا احساس ناراحتی در شکم.

هرگز
 به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)
 به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)
 بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)

۱۹. غش کردن یا بی حال شدن.

هرگز
 به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)
 به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)
 بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)

۲۰. برافروختگی صورت.

هرگز
 به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)
 به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)
 بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)

۲۱. عرق کردن در حالی که هوا گرم نیست.

هرگز
 به طور خفیف (خیلی زیاد مرا ناراحت نمی کند)
 به طور متوسط (ناخوشایند است ولی قابل تحمل است)
 بسیار شدید (بندرت قابل تحمل است)