

اختبار المخاوف للأطفال

إعداد/ د. محمد الطيب

تعريف الخوف:

استجابة غير معقولة وغير طبيعية، وأحيانا كثيرة مرضية تجاه شيء معين أو موقف أو إثارة من نوع معين، التي لا تشكل أي استجابة معقولة في الأحوال الطبيعية وعند الناس غير المرضى.

نبذة عن المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى إيجاد تقدير سريع للخوف لدى الأطفال ما بين (٩-١٢) سنة، وقد تم وضع هذا المقياس باللهجة العامية، حتى يكون أكثر فهماً من قبل الأطفال.

طريقة الإجابة على المقياس وتصحيحه:

يتكون المقياس من (٢٠) عبارة، يطلب فيها من الطفل الإجابة على كل عبارة منها باختيار إحدى إجابتين (نعم) أو (لا)، تعطى نعم= درجة واحدة بينما لا= صفر، ثم تجمع الدرجات وتصنف وفقاً للجدول التالي:

التصنيف	الدرجة
خوف منخفض	٥-١
خوف متوسط	١٤-٦
خوف مرتفع	٢٠-١٥

الاسم
الدرجة
التصنيف

اختبار المخاوف (الفوبيات) للأطفال

د/ محمد عبد الظاهر الطيب

الاسم/

العمر/

أقرأ العبارات التالية وضع علامة (✓) تحت نعم إذا كانت العبارة تعبر عما تشعر به، وعلامة (✓) تحت لا إذا كانت العبارة لا تعبر عما تشعر به.

م	العبارات	نعم	لا
١	تخاف خوف شديد إذا كنت في مكان ضيق؟		
٢	تحس انك خايف يجيلك مرض ماله علاج؟		
٣	تتضايق وتخاف لما تركب قطار أو باص حتى لو ما كان زحمة؟		
٤	تخاف خوف شديد إذا كنت في مكان زحمة؟		
٥	تخاف من الأدوار العالية أو الأماكن المرتفعة؟		
٦	وأنت في مكان عالي، تشعر أنك حتقع من المكان العالي؟		
٧	تحس بالرعب في الأماكن الظلمة؟		
٨	وأنت في الظلمة يتهبأ لك أن فيه ناس تكلمك؟		
٩	تخاف تروح السرير لوحدك في الليل علشان تنام؟		
١٠	تحس برعشة لما تكون في الظلمة؟		
١١	تخاف من حاجات أو ناس، وأنت عارف أنهم مش مؤذيين؟		
١٢	يتهبأ لك في الظلمة أن فيه ناس موجودين على الحائط؟		
١٣	تحس بالخوف لما تكون في مكان فيه ناس متجمعين وبيتكلمون؟		
١٤	تحس برعشة أو خوف لما تكون في مكان فيه كلب أو قطة؟		
١٥	تخاف تقعد في الغرفة لما تكون ظلمة؟		
١٦	تجري وقلبك يدق بسرعة لما تشوف كلب أو قطة؟		
١٧	تخاف من الفئران وقلبك يدق بسرعة لما تشوفهم؟		
١٨	تخاف من الصراصير وقلبك يدق بسرعة لما تشوفهم؟		
١٩	تحس بخوف شديد لما تشوف ثعبان حتى لو كان في التلفزيون؟		
٢٠	تخاف تروح دورة المياه لوحدك لما تكون الدنيا ظلمة؟		