



## استبيان مجالات القلق Worry Domains Questionnaire (WDQ)

الاسم: ..... التاريخ: ..... رقم الملف: .....

من فضلك اقرأ البيانات المذكورة أدناه وضع علامة في المربع المناسب أمام كل عبارة لتوضيح مدى القلق الذي ينتابك حيال التالي:

دائماً (٤)	كثيراً (٣)	إلى حد ما (٢)	قليلاً (١)	أبداً (٠)	إنني أقلق.....
					١- بشأن نفاذ أموالني
					٢- بشأن عجزني عن الجزم أو التعبير عن آرائي
					٣- من أن مستقبلي العملي ليس مبشراً
					٤- بشأن غضب عائلتي مني أو رفضها لعمل أقوم به
					٥- من أنني لن أحقق طموحاتي أبداً
					٦- من عجزني عن انجاز حجم العمل المنوط بي أولاً بأول
					٧- من أن المشاكل المالية ستحد من إجازاتي وسفراتي
					٨- من عجزني عن التركيز
					٩- من عدم قدرتي على تحمل نفقة الأشياء
					١٠- من شعوري بعدم الأمان
					١١- من عجزني عن سداد الفواتير المستحقة
					١٢- من أن ظروف معيشتي سيئة
					١٣- من خلو حياتي من الهدف والغاية
					١٤- من أنني لا أعمل بالقدر الكافي
					١٥- من نبذ الآخرين لي
					١٦- من استصعابي الإبقاء على علاقة مستمرة
					١٧- من أنني أترك بعض الأعمال معلقة
					١٨- من افتقاري للثقة بالذات
					١٩- من أنني لست جذاباً
					٢٠- من أنني من الممكن أن أجعل من نفسي أضحوكة
					٢١- من فقدان الأصدقاء المقربين
					٢٢- من أنني لم أحقق الكثير
					٢٣- من أنني لست محبوباً
					٢٤- من تأخري عن موعد ما
					٢٥- من ارتكابي أخطاء في العمل

مفتاح تصحيح استبيان مجالات القلق

الدرجة	مجال القلق
	العلاقات: البنود (٤-١٦-١٩-٢١-٣٢)
	فقدان الثقة بالنفس: البنود (٢-١٠-١٥-١٨-٢٠)
	مستقبل بلا هدف: البنود (٣-٥-٨-١٣-٢٢)
	العمل: البنود (٦-١٤-١٧-٢٤-٢٥)
	الأموال: البنود (١-٧-٩-١١-١٢)
	المجموع العام

إن الأشخاص الذين يعانون من القلق (الذين يعانون من اضطراب القلق العام) في المتوسط يبلغ مجموع درجاتهم ٤٠ درجة