

Penn State Bekymrings Skala – Børn

(PSWQ-C)

Vejledning. Dette skema handler om bekymringer. Bekymringer finder sted, når du er bange for noget, og du tænker meget på det. Mennesker bekymrer sig nogle gange om skolen, deres familie, deres helbred, ting som kommer til at ske i fremtiden, eller andre ting. For hver sætning du læser, sætter du en cirkel omkring det svar, der bedst fortæller, hvor sand den sætning er for dig.

1. Mine bekymringer generer mig virkelig.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
2. Jeg bekymrer mig egentligt ikke om ting.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
3. Mange ting gør mig bekymret.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
4. Jeg ved, at jeg ikke burde bekymre mig, men jeg kan ikke lade være.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
5. Når jeg er under pres, bekymrer jeg mig meget.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
6. Jeg er altid bekymret om et eller andet.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
7. Jeg synes det er let at holde op med at bekymre mig, når jeg vil.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
8. Når jeg er færdig med en ting, begynder jeg at bekymre mig om alt muligt andet.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
9. Jeg bekymrer mig aldrig om noget som helst.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
10. Jeg har været "en der bekymrer sig" hele mit liv.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
11. Jeg har lagt mærke til, at jeg har bekymret mig om ting.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
12. Når først jeg begynder at bekymre mig, kan jeg ikke holde op.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
13. Jeg bekymrer mig hele tiden.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt
14. Jeg bekymrer mig om ting, indtil de er gjort.	Slet ikke sandt	Af og til sandt	Ofte sandt	Altid sandt