

Kwestionariusz zamartwiania się i lęku (WAQ)

Ten kwestionariusz samoopisowy służy do wykrywania objawów uogólnionego zaburzenia lękowego. Obejmuje kluczowe wymiary GAD, takie jak nadmierne zamartwianie się, jego częstość, trudności z jego kontrolowaniem oraz objawy somatyczne. Ten krótki kwestionariusz pozwala na rzetelne badanie przesiewowe w kierunku skłonności lękowych i daje klinicyście podstawę do dalszej oceny lub do ukierunkowania leczenia.

Liczba pytań	11 pytań
Szacowany czas	2 minuty
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Worry and Anxiety Questionnaire
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Dugas, M.J., Francis, K (2000)
Kategoria	Lęk

Podgląd 11 pytań

Czym martwi się Pan/Pani najczęściej?

Czy Pana/Pani zmartwienia wydają się Panu/Pani nadmierne lub przesadne?

Proszę ocenić odpowiedź w skali od 0 do 8.

0 - Wcale nie są nadmierne | 1 | 2 | 3 | 4 - Umiarkowanie nadmierne | 5 | 6 | 7 | 8 - Całkowicie nadmierne

Przez ile dni w ciągu ostatnich 6 miesięcy dokuczały Panu/Pani nadmierne zmartwienia?

Proszę ocenić odpowiedź w skali od 0 do 8.

0 - Nigdy | 1 | 2 | 3 | 4 - Co drugi dzień | 5 | 6 | 7 | 8 - Codziennie

Czy ma Pan/Pani trudności z kontrolowaniem swoich zmartwień?

Na przykład: czy kiedy zacznie się Pan/Pani czymś martwić, trudno Panu/Pani przestać?

0 - Żadnych trudności | 1 | 2 | 3 | 4 - Umiarkowane trudności | 5 | 6 | 7 | 8 - Skrajne trudności

Czy w ciągu ostatnich 6 miesięcy, kiedy był(a) Pan/Pani zmartwiony(-a) lub zaniepokojony(-a), często dokuczało Panu/Pani następujące odczucie:

Niepokój, nadmierne pobudzenie lub poczucie napięcia

Proszę ocenić odpowiedź w skali od 0 do 8.

0 - Wcale	1	2	3	4 - Umiarkowanie	5	6	7	8 - Bardzo silnie

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

Aby obliczyć wynik całkowity WAQ, należy zsumować odpowiedzi na wszystkie pozycje z wyjątkiem pozycji 1, której nie uwzględnia się w obliczeniach. Wynik ten daje ogólną ocenę nasilenia zamartwiania się i przejawów lęku.

Aby ustalić, czy osoba spełnia kryteria GAD według WAQ, muszą być spełnione dwa warunki. Po pierwsze, osoba musi wskazać co najmniej jeden temat zmartwień i uzyskać 4 lub więcej punktów w pozycjach 2, 3, 4 i 11. Po drugie, musi również uzyskać 4 lub więcej punktów w co najmniej trzech z sześciu objawów somatycznych ocenianych w pozycjach od 5 do 10.

Jeśli kryteria te nie są w pełni spełnione, można wyróżnić trzy inne kategorie. Kryterium poznawcze jest spełnione, jeśli osoba uzyskuje 4 lub więcej punktów w pozycjach 2, 3 i 4. Kryterium somatyczne jest spełnione, jeśli osoba uzyskuje 4 lub więcej punktów w co najmniej trzech objawach somatycznych (pozycje od 5 do 10), nie spełniając w pełni kryteriów poznawczych. Wreszcie, jeśli żaden z tych warunków nie jest spełniony, nie jest spełnione żadne kryterium.

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo

Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Rzetelna i trafna ocena, dzięki której lepiej rozumiem stan psychiczny moich pacjentów”



Benjamin G. - Psycholog pracy