**广泛焦虑障碍严重程度量表——成人版**

姓名： 年龄： 性别：男 女 日期： 年 月 日

**指导语：**下列问题询问的是与家庭、健康、经济状况、学业或工作有关的想法、感受和行为。**在回答每道题时，请在该行的一个选择框中做出标记（√或×）。**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **临床工作者使用** |
| 　 | 在**过去的7天**中，我曾经…… | **从不** | **偶尔** | **有一半时间** | **大部分时间** | **总是** | **条目分数** |
| 1 | 感到突如其来的恐惧、害怕或惊恐 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 2 | 感到焦虑、担忧或紧张 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 3 | 有要发生糟糕事情的想法，如家庭悲剧、健康状况恶化、失去工作或意外事故 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 4 | 感到心跳加速、出汗、呼吸困难、眩晕或颤抖 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 5 | 感觉肌肉僵硬，感到紧张或不安，或者很难放松下来或很难入睡 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 6 | 回避、或者不接近或进入我担忧的情境 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 7 | 只是因为有一点点担忧，就提前离开一些情境，或参与度很低 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 8 | 由于担忧而花很长时间做决定、推迟做决定或为上述情境作准备 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 9 | 由于担忧而向其他人寻求确认 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| 10 | 在应对焦虑时需要寻求帮助（例如借助酒精、药物、护身符或向他人求助） | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 　 |
| **总体/部分原始分数：** | 　 |
| **按比例计算得分：（如有1到2个条目未填写）** | 　 |
| **平均分：** | 　 |