



개정판 아동불안척도



개정판 아동불안척도(Revised Children’s Manifest Anxiety Scale: RCMAS)

다음에는 사람들이 자신에 대하여 어떻게 생각하고 느끼는지에 관한 문항들이 있습니다. 각 문항들을 자세히 읽어보고 나에게 맞는다고 생각되면 ‘예’에 표시하고, 맞지 않는다면 ‘아니오’에 표시하세요. 정답이 있는 것이 아니므로 자신이 생각하고, 느끼는 대로 답해주시면 됩니다.

번호	문항	예	아니오
1	나는 마음을 결정하기가 어렵다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	나는 일이 마음대로 되지 않으면 신경이 날카로워진다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	다른 사람들은 나보다 일을 쉽게 해내는 것 같다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	나는 내가 알고 있는 사람은 모두 다 좋아한다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	나는 숨쉬기 어려울 때가 자주 있다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	나는 걱정을 많이 한다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	나는 겁나는 일들이 많다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	나는 언제나 친절하다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	나는 쉽게 화를 낸다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	나는 부모님이 나에게 뭐라고 하실까 걱정한다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	다른 사람들은 내가 일하는 식을 못마땅하게 생각하는 눈치다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	나는 항상 남에게 좋은 태도로 대한다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	나는 밤에 잠들기가 어렵다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	나는 다른 사람들이 나를 어떻게 생각할까 걱정한다.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

번호	문항	예	아니오
15	나는 다른 사람들과 함께 있을 때에도 혼자 있는 기분이다.	○	○
16	나는 항상 착하다.	○	○
17	나는 속이 자주 메스꺼린다.	○	○
18	나는 쉽게 마음이 상한다.	○	○
19	내 손이 땀에 젖어 있다.	○	○
20	나는 모든 사람들에게 항상 친절하다.	○	○
21	나는 자주 피곤하다.	○	○
22	나는 다음에 무슨 일이 일어날까 걱정한다.	○	○
23	다른 사람들은 나보다 행복하다.	○	○
24	나는 어떤 경우에도 진실만을 얘기한다.	○	○
25	나는 무서운 꿈을 꾼다.	○	○
26	나는 남들이 간섭을 하면 쉽게 마음이 상한다.	○	○
27	누군가가 나에게 일을 잘못한다고 말할 것 같다.	○	○
28	나는 절대로 화를 내지 않는다.	○	○
29	나는 가끔 놀라서 잠을 깬다.	○	○
30	나는 밤에 잠자리에 들 때가 무섭다.	○	○
31	나는 학교 공부에 마음을 두기가 어렵다.	○	○
32	나는 해서는 안 되는 말을 결코 하지 않는다.	○	○
33	나는 암전히 앉아있지 못하고, 꼼지락거린다.	○	○
34	나는 예민하다.	○	○
35	내 편이 아닌 사람들이 많다.	○	○
36	나는 절대로 거짓말을 하지 않는다.	○	○
37	나는 나에게 나쁜 일이 일어나지 않을까 자주 걱정한다.	○	○

