



Ім'я _____

Дата _____

АНКЕТА МОБІЛЬНОСТІ MOBILITY INVENTORY

1. Будь ласка, вкажіть, в якій мірі Ви уникаєте наступних місць або ситуацій через дискомфорт або тривогу. Оцініть Ваш рівень уникнення, коли Ви у супроводі близької/довіреної особи і коли Ви наодинці. Зробіть це за допомогою наступної шкали:



Обведіть цифру для кожної конкретної ситуації або місця за обох умов: при супроводі і наодинці. Залиште клітинку порожньою, якщо ситуації Вас не стосуються.

МІСЦЯ	ПРИ СУПРОВОДІ	НАОДИНЦІ
Театри	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Супермаркети	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Торгові центри	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Класи	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Універмаги	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Ресторани	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Музеї	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Ліфти	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Аудиторії/стадіони	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Гаражі	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Висота	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Будь ласка, вкажіть яка саме висота		
Замкнутий простір	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
ВІДКРИТИЙ ПРОСТІР	ПРИ СУПРОВОДІ	НАОДИНЦІ
Відкритий простір (наприклад, поля, широкі вулиці, двори)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Відкритий простір у	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5



приміщенні (наприклад, великі кімнати, зали)		
ПОЇЗДКИ	ПРИ СУПРОВODІ	НАОДИНЦІ
Автобусами	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Потягами	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Метро	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Літаками	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Кораблями/човнами	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Автомобілем (завжди)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Автомобілем (на швидкісних автомагістралях)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
СИТУАЦІЇ	ПРИ СУПРОВODІ	НАОДИНЦІ
Стояти в чергах	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Переходити мости	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Вечірки або громадські заходи	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Йти вулицею	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Бути вдома наодинці	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Бути далеко від дому	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Інше (вказіть):	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

2. Після завершення першого кроку обведіть 5 пунктів, які Вас найбільше хвилюють. З усіх перерахованих пунктів, це п'ять ситуацій або місць, де ухилення/тривога найбільше впливає на Ваше життя негативним чином.



ПАНІЧНІ АТАКИ

3. Ми визначаємо панічну атаку як сильний приступ тривоги, який починається зазвичай несподівано. Цей приступ супроводжується вираженими тілесними симптомами тривоги (серцебиття, потовиділення, м'язовий тремор, запаморочення, нудота та ін.). В часі приступу багато осіб мають страх, що зараз з ними станеться щось катастрофічне (помруть, зійдуть з розуму, втратять свідомість і т.п.).

Будь ласка, вкажіть кількість панічних атак, які у Вас були за останні 7 днів:

Наскільки серйозними або інтенсивними були Ваші панічні атаки? (Поставте «х» на нижче поданій шкалі):



4. Багато людей здатні вільно пересуватись наодинці в межах (як правило, біля свого будинку), так званої, зони комфорту. У Вас є така зона? Якщо так, опишіть:

а. Її розташування:

б. Її розміри (наприклад, радіус від дому):



ІНСТРУКЦІЇ ДО ОБРАХУНКІВ МОБІЛЬНОСТІ АГОРАФОБІЇ (МІА)

Уникнення. Індекс МІА визначається за допомогою підрахунку середнього арифметичного пунктів «Шкали уникнення «НАОДИНЦІ» і середнього арифметичного пунктів «Шкали уникнення «ПРИ СУПРОВODІ»». Суб'єктам рекомендується пропускати пункти, якщо вони не мають відношення до їхнього життя. Наприклад, вони могли ніколи не їздити на метро, тому що його немає у їхньому географічному регіоні, або вони могли не мати можливості відвідувати класи/аудиторії у дорослому віці, і тому їхнє припущення може бути недостовірним, якщо б їм довелося оцінити даний пункт. Тим не менше, в результаті дотримання цієї стратегії не варто пропускати багато пунктів (лише кілька при необхідності). Якщо ж суб'єкт пропустив більше, ніж 5 пунктів, то його анкету варто вважати недійсною.

З іншого боку, суб'єкт може оцінювати пункти, які не мають жодного сенсу, наприклад, оцінювати пункт «Бути вдома наодинці» у колонці «При супроводі». Ігноруйте цю відповідь. Якщо ви робите повторне анкетування, то ви повинні написати той самий зміст, який суб'єкт використовував перший раз у пункті «Інше», у наступних шкалах для того, щоб забезпечити стабільність змісту у пунктах.

Частота панічних атак визначається як звичайний підрахунок кількості панічних атак.

Інтенсивність панічних атак оцінюється за 5-бальною шкалою залежно від того, яку відповідь дав суб'єкт. Якщо суб'єкт поставив «0» у пункті «Частота панічних атак», то у нього/неї повинна також бути відсутня інформація щодо інтенсивності панічних атак, навіть якщо він/вона дав (-ла) відповідь.