



Анкета по селективному мутизму (SMQ) Анкета

Инструкции

Анкета по селективному мутизму (SMQ) содержит 20 вопросов, оцениваемых по 5-балльной шкале. Пожалуйста, отвечайте на каждый вопрос честно, исходя из своих обычных мыслей, чувств и переживаний. Правильных или неправильных ответов нет.

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
1	Я могу свободно говорить дома.	☐	☐	☐	☐	☐
2	Мне трудно говорить в школе, на работе или в общественных местах.	☐	☐	☐	☐	☐
3	Я свободно общаюсь с близкими членами семьи.	☐	☐	☐	☐	☐
4	Я молчу в ситуациях, когда большинство людей обычно разговаривают.	☐	☐	☐	☐	☐
5	Я нервничаю, когда люди ожидают, что я буду говорить.	☐	☐	☐	☐	☐
6	Я беспокоюсь, что меня будут осуждать, когда я говорю.	☐	☐	☐	☐	☐
7	Мне неловко, когда во время разговора внимание сосредоточено на мне.	☐	☐	☐	☐	☐
8	Я начинаю нервничать, когда незнакомые люди пытаются со мной заговорить.	☐	☐	☐	☐	☐

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
9	Я предпочитаю показывать пальцем, кивать головой или использовать жесты вместо того, чтобы говорить.	☐	☐	☐	☐	☐
10	В определенных ситуациях я шепчу, а не говорю нормальным голосом.	☐	☐	☐	☐	☐
11	Я предпочитаю писать сообщения, а не говорить напрямую.	☐	☐	☐	☐	☐
12	Я часто позволяю другим говорить за меня.	☐	☐	☐	☐	☐
13	Мои трудности с речью мешают мне заводить друзей.	☐	☐	☐	☐	☐
14	Мои трудности с общением влияют на мои успехи в учебе или на работе.	☐	☐	☐	☐	☐
15	Я избегаю ситуаций, в которых от меня могут ожидать, что я буду говорить.	☐	☐	☐	☐	☐
16	Мои трудности с речью мешают мне в повседневной жизни.	☐	☐	☐	☐	☐
17	Я испытываю эти трудности с речью в течение длительного времени.	☐	☐	☐	☐	☐
18	Мои трудности с речью возникают регулярно в одних и тех же ситуациях.	☐	☐	☐	☐	☐
19	Мои трудности с речью остаются неизменными на протяжении времени.	☐	☐	☐	☐	☐

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
20	Даже когда я чувствую себя в безопасности, мне иногда трудно говорить.	☐	☐	☐	☐	☐

Инструкции по подсчёту очков

Ответы следует суммировать в соответствии с процедурами подсчета баллов, предусмотренными в данном тесте.

Более высокие показатели, как правило, свидетельствуют о более выраженной степени проявления исследуемого конструкта, если не указано иное.

Вопросы с обратной оценкой

1, 3

Формула обратного подсчета баллов

0 → 4

1 → 3

2 → 2

3 → 1

4 → 0

Ключи для оценки размеров

Размер	Товары	Количество товаров
Речь	1, 2, 3, 4	4
Тревога	5, 6, 7, 8	4
Альтернативы	9, 10, 11, 12	4
Нарушение	13, 14, 15, 16	4
Постоянство	17, 18, 19, 20	4

Диапазоны сырых баллов

Масштаб	Товары	Возможный диапазон
Речь	4	0–16
Тревога	4	0–16
Альтернативы	4	0–16
Нарушение	4	0–16
Постоянство	4	0–16
Общая оценка	20	0–80

Источник

Анкета Deenz по избирательному мутизму (DSMQ-20) Год публикации: 2025 Статус: В процессе разработки Анкета Deenz по селективному мутизму (DSMQ-20)

Подготовлено [Drdeenz](#)

Интерактивная версия: [Анкета по селективному мутизму \(SMQ\)](#)