

مقياس القلق والاكتئاب لدى الأطفال (RCADS-47-Y-AR)

رجاء وضع دائرة حول الكلمة التي توضح عدد مرات حدوث كل من الأشياء التالية لك علما بأنه لا توجد اجابات صحيحة او خاطئة.

| | | | | |
|-------|-------|----------------|------|---|
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 1 أنا أقلق بشأن الاحداث |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 2 أشعر بالحزن أو الفراغ |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 3 عندما أواجه مشكلة أحس بشعور غريب في معدتي |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 4 أنا أقلق عندما أظن أنني قد فعلت شئ سيئا |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 5 أنا أحس بالخوف عندما أكون بروحي في البيت |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 6 أحس ان ما في شي يسعدني بالمره |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 7 أشعر بالخوف لما يكون عندي اختبار |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 8 أشعر بالقلق عندما أظن ان في أحد غاضب مني |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 9 أنا أقلق عندما أكون بعيدا عن والدي |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 10 أشعر بالصيق من الأفكار او الصور السيئة او السخيفة التي في بالي |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 11 عندي مشكلة في النوم |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 12 يقلقني انني سأعمل بشكل سيئ في واجباتي المدرسية |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 13 أشعر ان شي مو زين راح يحصل لشخص في عائلتي |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 14 أشعر فجأة وكأنني لا أستطيع التنفس حتى بدون سبب |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 15 عندي مشاكل في شهية الطعام |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 16 يجب أن استمر في التأكد من انني قد فعلت أشياء صحيحة، مثلا، ان المفتاح مغلق أو ان الباب مقلق |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 17 أحس بالخوف إذا اضطررت للنوم بروحي |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 18 عندي مشكلة في الذهاب الي المدرسة في الصباح لأنني أشعر بالتوتر أو الخوف |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 19 ليس لدي طاقة لعمل أي شيء |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 20 أخاف انني قد أبدو أحمقا |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 21 أنا دائما أشعر بالتعب |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 22 انا أخاف ان يصير لي أشياء مو زينة |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 23 ما أقدر اتخلص من الأفكار السيئة او السخيفة |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 24 لما أواجه مشكله قلبي ينبض بسرعه كبيرة |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 25 ما أقدر أفكر بوضوح |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 26 فجأة أبدأ بالارتجاف او الاهتزاز عندما لا يكون هناك سببا لذلك |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 27 أخاف ان يحدث لي شئ سيئا |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 28 عندما أواجه مشكلة اشعر بالارتجاف |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 29 أحس ان مالي قيمة |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 30 انا قلق بشأن ارتكاب الأخطاء |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 31 دائما أفكر في الكلمات او الأرقام التي سأقولها لمنع حدوث شيء سيء |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 32 يقلقني تفكير الآخرين تجاهي |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 33 اخشي ان أكون في أماكن مزدحمة مثل مراكز التسوق والأفلام، الحافلات والملاعب المزدحمة |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 34 فجأة أحس بالخوف من غير سبب |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 35 أنا قلق بشأن ما سيحدث |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 36 فجأة أشعر بدوخة او اغماء من غير سبب |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 37 انا أفكر بالموت |
| دائما | غالبا | في بعض الأوقات | أبدا | 38 أحس بالخوف إذا اضطررت أني أتكلم امام طلاب الصف |

| | | | | | |
|----|---|------|----------------|-------|-------|
| 39 | يبدأ قلبي فجأة بالنبض بسرعة بدون سبب | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |
| 40 | أشعر أنني لا أريد ان اتحرك | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |
| 41 | يقلقني أنني سأشعر فجأة بالخوف عندما لا يكون هناك شي يخيفني | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |
| 42 | يجب أن أقوم ببعض الأشياء مراراً وتكراراً، مثل غسل يدي، أو التنظيف، أو وضع الأشياء بترتيب معين | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |
| 43 | أحس بالخوف من أنني راح أبدو مغفل امام الناس | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |
| 44 | يجب على ان افعل الأشياء بطريقة صحيحة لمنع حدوث أشياء سيئة | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |
| 45 | أنا اقلق عندما اذهب للفراش ليلا | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |
| 46 | أحس بالخوف إذا اضطررت الي الابتعاد عن المنزل طوال الليل | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |
| 47 | أشعر بالأرق | أبدا | في بعض الأوقات | غالبا | دائما |

شكرا