

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