

Data: \_\_\_\_\_

Vardas/ID: \_\_\_\_\_

**RCADS-47-Youth-LT (Lithuanian)**

**Pasirink ir apibrauk žodį, kuris geriausiai nurodo, kaip dažnai tau nutinka kiekvienas iš žemiau išvardintų dalykų. Nėra teisingų ar klaidingų atsakymų.**

1.	Nerimauju dėl įvairių dalykų.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
2.	Jaučiuosi liūdnas (-a) arba tuščias (-a).	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
3.	Kai susiduriu su problema, jaučiu keistą jausmą pilve.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
4.	Nerimauju, kai galvoju, kad kažką atlikau prastai.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
5.	Bijočiau būti vienas (-a) namuose.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
6.	Niekas nebeteikia didesnio džiaugsmo.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
7.	Jaučiuosi išsigandęs (-usi), kai reikia laikyti testą.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
8.	Nerimauju, kai manau, jog kažkas ant manęs pyksta.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
9.	Nerimauju, kad reikės būti toli nuo tėvų.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
10.	Mane trikdo blogos ar kvailos mintys, arba vaizdai galvoje.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
11.	Turiu miego sunkumų.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
12.	Nerimauju, kad blogai atliksiu mokyklinės užduotis.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
13.	Nerimauju, kad kas nors baisaus atsitiks kam nors iš mano šeimos.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
14.	Staiga pajuntu, tarsi negalėčiau kvėpuoti, nors tam nėra jokios priežasties.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
15.	Turiu apetito sunkumų.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
16.	Nuolat turiu tikrinti, ar viską gerai padariau (pavyzdžiui, ar išjungtas šviesos jungiklis, ar užrakintos durys).	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
17.	Bijau, jei turiu miegoti vienas (-a).	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
18.	Man sunku rytais eiti į mokyklą, nes nerimauju arba bijau.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
19.	Neturiu energijos ką nors daryti.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
20.	Nerimauju, kad galiu atrodyti kvailai.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
21.	Esu labai pavargęs (-usi).	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
22.	Nerimauju, kad man nutiks blogų dalykų.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada

23.	Niekaip negaliu išmesti iš galvos blogų ar kvailų minčių.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
24.	Kai susiduriu su problema, mano širdis ima plakti labai greitai.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
25.	Negaliu aiškiai mąstyti.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
26.	Staiga imu virpėti arba drebėti, nors tam nėra jokios priežasties.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
27.	Nerimauju, kad man nutiks kas nors blogo.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
28.	Kai man kyla problema, pradeda krėsti drebulys.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
29.	Jaučiuosi bevertis (-ė).	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
30.	Nerimauju, kad galiu suklysti.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
31.	Norėdamas (-a) užkirsti kelią blogiems dalykams, mintyse turiu atlikti ypatingus veiksmus (pvz., skaičiuoti arba kartoti žodžius).	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
32.	Nerimauju, ką kiti žmonės apie mane galvoja.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
33.	Bijau būti vietose, kuriose yra daug žmonių (pavyzdžiui, prekybos centrai, kino teatrai, autobusai, vaikų žaidimų aikštelės).	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
34.	Staiga labai išsigąstu be jokios priežasties.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
35.	Nerimauju dėl to, kas nutiks.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
36.	Staiga man apsvaigsta galva arba apalpstu be jokios priežasties.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
37.	Galvoju apie mirtį.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
38.	Bijau kalbėti prieš savo klasę.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
39.	Mano širdis staiga ima per greitai plakti be jokios priežasties.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
40.	Jaučiu, tarsi nenoriu judėti.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
41.	Nerimauju, kad staiga išsigąsiu, nors nėra ko bijoti.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
42.	Turiu nuolat kartoti kai kuriuos dalykus (pavyzdžiui, plauti rankas, valyti arba sudėti daiktus tam tikra tvarka).	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
43.	Bijau apsikvailinti prieš kitus žmones.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
44.	Turiu daryti kai kuriuos dalykus tiksliai taip, kaip reikia, kad nenuitektų nieko blogo.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
45.	Nerimauju vakare eidamas (-a) miegoti.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
46.	Bijočiau, jei tektų nakčiai likti toli nuo namų.	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
47.	Jaučiuosi nenustygstantis (-i)	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada