

RCADS (47 items)

אנא הקף בעיגול את המילה המתארת את התדירות שהמצבים הבאים קורים לך.

תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	1. אני מודאג מדברים
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	2. אני מרגיש עצוב או ריקני
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	3. כשיש לי בעיה אני מרגיש תחושה מוזרה בבטן
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	4. אני מודאג כשאני חושב שביצעתי משהו לא מספיק טוב
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	5. אני מפחד להיות לבד בבית
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	6. שום דבר כבר לא כיף לי יותר
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	7. אני מרגיש פחד כשאני צריך לגשת למבחן
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	8. אני מודאג כשאני חושב שמישהו כועס עליי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	9. אני מודאג מלהיות רחוק מההורים שלי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	10. אני מוטד ממחשבות רעות או טיפשיות או תמונות בראשי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	11. קשה לי לישון
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	12. אני מודאג שאבצע לא טוב מטלות בבית ספר
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	13. אני מודאג שמישהו נורא יקרה למישהו מהמשפחה שלי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	14. אני פתאום מרגיש כאילו אני לא יכול לנשום כאשר אין שום סיבה לכך
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	15. יש לי בעיות עם התיאבון
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	16. אני חייב להמשיך ולבדוק שעשיתי דברים נכון (כמו לבדוק שהמתג כבוי, או שהדלת נעולה)
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	17. אני ארגיש פחד אם אצטרך לישון לבד
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	18. קשה לי ללכת לבית הספר בבוקר כי אני מרגיש מתוח או מפוחד
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	19. אין לי אנרגיה בשביל דברים
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	20. אני מודאג מכך שאראה טיפשי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	21. אני עייף הרבה
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	22. אני מודאג שדברים רעים יקרו לי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	23. אני לא מצליח להיפטר ממחשבות רעות או טיפשיות בראש שלי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	24. כשיש לי בעיה, הלב שלי פועם ממש מהר
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	25. אני לא יכול לחשוב באופן ברור
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	26. אני יכול פתאום להתחיל לרעוד כשאין סיבה לכך
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	27. אני מודאג שמישהו רע יקרה לי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	28. כשיש לי בעיה, אני מרגיש רעד
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	29. אני מרגיש חסר ערך
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	30. אני מודאג מלעשות טעויות
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	31. אני צריך לחשוב מחשבות מיוחדות (כמו מספרים או מילים) כדי להפסיק דברים רעים מלקרות
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	32. אני מודאג ממה שאנשים אחרים חושבים עליי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	33. אני מפחד להיות במקומות צפופים (כמו מרכזי קניות, קולנוע, אוטובוסים, גני שעשועים עמוסים)
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	34. אני יכול להרגיש פתאום מפוחד מאוד ללא סיבה בכלל
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	35. אני מודאג לגבי מה שהולך לקרות
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	36. אני יכול פתאום להיות מסוחרר או להתעלף כשאין סיבה לכך

תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	37. אני חושב על מוות
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	38. אני מרגיש מיוחד אם אני צריך לדבר מול הכיתה שלי
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	39. הלב שלי יכול פתאום להתחיל לפעום מהר מידי ללא סיבה
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	40. אני מרגיש לפעמים שאין לי חשק לזוז
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	41. אני מודאג שאני פתאום ארגיש פחד כשאין ממה לפחד
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	42. אני חייב לעשות כל מיני דברים שוב ושוב (כמו שטיפת ידיים, לנקות או לשים דברים בסדר מסוים)
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	43. אני מפחד שאעשה מעצמי צחוק מול אנשים
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	44. אני חייב לעשות דברים מסוימים בדיוק בדרך הנכונה כדי למנוע מדברים רעים לקרות
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	45. אני מודאג כשאני הולך למיטה בלילה
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	46. אני ארגיש פחד אם אצטרך לישון מחוץ לבית לילה שלם
תמיד	לעיתים קרובות	מידי פעם	אף פעם	47. אני מרגיש חסר מנוחה

© 1998 Bruce F. Chorpita and Susan H. Spence – For terms of use, see User's Guide

at www.childfirst.ucla.edu/resources/