

**RCADS-25-Y-BN**

নর্দশনা: নর্চরে পদ/বাক্যু লো পড় এগু লে ঙ আপনার ক্শত্র কতটুকু ঘন ঘন ঘটে অ নর্দশে করু ন (✓ চর্হিনর্দন)। আপনার উত্রণু লো সর্ঠক না ভুল অ নর্য়ে চর্নর্ক করার প্শ্নে ঙন নেই।

1.	আমি দুঃখ বা শূণ্ণত অনুভব করি	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
2.	কমে ক জে খরাপ করছে এমনটা ভ বলে আমি চর্নর্ক পড় যই	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
3.	বাসয় এক থ কত ভয় পই	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
4.	কছুই আর আগরে মত ততটা আনন্দায় ল গে নে	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
5.	আমর ভয় হয় য়ে, আমর পরিবারে ক রোপ্তি খরাপ কছু ঘটবে	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
6.	আমি মনুষরে উর্ড য়ে ভয় পই (যমেন শপিং সেন্টের, সর্নমে হল, বর্পিশি বর্ত্ৰন, বাসে, ব্শ্বত্থলে র মঠে)	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
7.	অন্যমনুষ আমর সম্প্ক কমে ভ ব়ে ত নর্য়ে আমি চর্নর্ক থ ক	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
8.	আমর ঘুমরে সমস্য হয়	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
9.	এক ঘুমত আমর ভয় ল গে	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
10.	আমর খবার রুচরি সমস্য আছে	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
11.	কমে ক রণ ছড়ই আমর হঠাৎ ম থ ঘুরয়/নর্সর্জ হয় যই	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
12.	আম ক়ে বার বার একই ক জ করত হয় (যমেন বার বার হ্রত ধয়ে, পরর্ক্ষ কর অথবা কমে কছু নর্র্ফর্টনয়মে রাখ)	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
13.	আমি কমে ক জে শর্কর্ট পই ন	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
14.	কমে ক রণ ছড়ই আমি হঠাৎ করে কঁ পত থ ক	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
15.	আমি সর্ঠকভ ব়ে চর্নর্ক করত পরর্ন	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
16.	আমর নর্জকে মূল্যধীন মনে হয়	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
17.	খরাপ ঘটন ঘটা বনধ করত আম ক়ে নর্র্ফর্টধরনের চর্নর্ক করত হয় (যমেন সংখ্য বা শব্দ)	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
18.	আমি মৃত্যু সম্বন্ধে চর্নর্ক করি	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
19.	আমি অনুভব করি আমি স্শ্ম পরিবর্জ করত চাই ন	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
20.	কমে ক রণ ছড়ই আমি হঠাৎ ভয় পয়ে যব বলে আমি চর্নর্ক থ ক	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
21.	আমি অনকে ক্শ্মত	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
22.	মনুষরে স মনে আমি নর্জকে ব়ে ঙয় পরিণত করবো বলে আমর ভয় ল গে	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
23.	খরাপ কছু ঘটা বনধ করত আম ক়ে নর্র্ফর্টনয়ম মনে কছু করত হয়	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
24.	আমর অর্শ্ম ল গে	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়
25.	আমি ভয় পই য়ে, আমর স থে খরাপ কছু হবে	কখনই	ম বাে	প্শ্নয়ই	সবসময়