

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

Emri/ID: \_\_\_\_\_

**RCADS-47-Y-SQ****Ju lutem qarkoni fjalën që përshkruan sa shpesh ju ndodhin këto gjëra. Nuk ka përgjigje të sakta ose të gabuara.**

|     |  |           |            |        |           |
|-----|--|-----------|------------|--------|-----------|
| 1.  | Unë shqetësohem për gjëra të ndryshme.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 2.  | Ndihem i/e trishtuar ose bosh.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 3.  | Kur kam një problem, më krijohet një ndjesi e çuditshme në stomak.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 4.  | Shqetësohem kur mendoj se nuk kam dalë mirë në një detyrë të caktuar.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 5.  | Do ndihesha i/e frikësuar nga të qënurit vetëm në shtëpi.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 6.  | Asgjë nuk është më aq argëtuese.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 7.  | Ndihem i/e frikësuar kur kam për të bërë testim/provim.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 8.  | Ndihem i/e shqetësuar kur mendoj që dikush është i nevikosur me mua.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 9.  | Shqetësohem nga të qënurit larg prindërve të mi.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 10. | Më bezdisin mendimet ose imazhet e këqia ose qesharake në mendjen time.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 11. | Kam vështirësi për të fjetur.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 12. | Shqetësohem se do të kem rezultate jo të mira në detyrat e shkollës.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 13. | Shqetësohem se diçka e tmerrshme do t'i ndodhë dikujt në familjen time.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 14. | Ndihem papritur sikur nuk mbushem dot me frymë pa pasur arsye specifike.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 15. | Kam probleme me oreksin.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 16. | Kam nevojë të kontrolloj disa herë që i kam bërë gjërat siç duhet (si për shembull: çelësi është i fikur, dera është e mbyllur). | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 17. | Ndihem i/e frikësuar nëse duhet të fle vetëm.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 18. | Kam vështirësi për të shkuar në shkollë në mëngjes, sepse ndihem nervoz/e ose i/e frikësuar.                                     | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 19. | Nuk kam energji për të bërë gjëra.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 20. | Shqetësohem se mos dukem qesharak/e.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 21. | Jam i/e lodhur shume.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 22. | Shqetësohem se do të më ndodhin gjëra të këqija.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |

|     |   |           |            |        |           |
|-----|---|-----------|------------|--------|-----------|
| 23. | Nuk mundem të largoj mendimet e këqija ose qesharake nga mendja ime.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 24. | Kur kam një problem, zemra ime rreh shumë shpejt.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 25. | Nuk mund të mendoj qartë.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 26. | Papritur filloj të tundem ose dridhem, kur nuk ka asnjë arsye për këtë.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 27. | Shqetësohem se diçka e keqe do të më ndodhë mua.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 28. | Kur kam një problem, ndjej që po dridhem.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 29. | Ndihem i/e pavlerë.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 30. | Shqetësohem se mos bëj gabime.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 31. | Duhet të mendoj gjëra speciale (si numra ose fjalë të caktuara) që të ndaloj gjëra të këqija të ndodhin.                              | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 32. | Shqetësohem çfarë mendojnë njerëzit e tjerë për mua.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 33. | Kam frikë të gjendem në vende me turma (si qendrat tregtare, kinema, autobusë ose parqe lojrash).                                     | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 34. | Papritur filloj të ndihem shumë i/e frikësuar pa asnjë arsye.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 35. | Shqetësohem se çfarë do të ndodhë në të ardhmen.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 36. | Papritur ndiej marramendje ose më bie të fikët kur nuk ka asnjë arsye për këtë.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 37. | Mendoj rreth vdekjes.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 38. | Ndihem i/e frikësuar nëse kam për të folur përpara klasës.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 39. | Zemra ime fillon papritur të rrahë shumë shpejt pa arsye.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 40. | Ndihem sikur nuk dua të lëviz.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 41. | Shqetësohem se papritur do të përjetoj një ndjesi frike edhe pse nuk ka asgjë për të pasur frikë.                                     | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 42. | Më duhet të bëj disa gjëra vazhdimisht duke i përsëritur (si larja e duarve, pastrimi ose vendosja e gjërave në një rend të caktuar). | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 43. | Ndihem i/e frikësuar se do të dukem si budalla/e para njerëzve.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 44. | Më duhet të bëj disa gjëra në mënyrën e duhur që të parandaloj gjërat e këqija që të ndodhin.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 45. | Shqetësohem kur shtrihem për të fjetur natën.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 46. | Do ndihesha i/e frikësuar nëse do të më duhej të qëndroja larg shtëpisë për një natë.   | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |
| 47. | Ndihem i/e shqetësuar vazhdimisht.  | Asnjëherë | Ndonjëherë | Shpesh | Gjithmonë |