

Датум: _____

Име/код: _____

RCADS-47-Y-MK

Прочитај го секое тврдење и заокружи го одговорот кој што најдобро покажува колку често ти се случува секоја од овие работи. Нема точни или погрешни одговори.

1.	Се грижам за разни работи.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
2.	Се чувствувам тажно или празно.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
3.	Кога имам некој проблем, имам чудно чувство во stomакот.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
4.	Се грижам кога мислам дека нешто не сум направил/а доволно добро.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
5.	Би се плашел/а да бидам сам/а дома.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
6.	Речиси ништо веќе не ми е забавно.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
7.	Се плашам кога треба да имам тест.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
8.	Се грижам кога мислам дека некој ми се лути.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
9.	Се грижам кога сум одвоен/а од моите родители.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
10.	Ме вознемируваат лоши или глупави мисли или слики во мојата глава.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
11.	Имам потешкотии со спиењето.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
12.	Се грижам дека ќе постигнам лоши резултати на училиште.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
13.	Се грижам дека нешто страшно ќе му се случи на некој во моето семејство.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
14.	Одеднаш чувствувам како да не можам да дишам, иако нема причина за тоа.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
15.	Имам проблеми со апетитот.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
16.	Морам постојано да проверувам дали сум ги направил/а работите како што треба (на пр. дали нешто е исклучено или дали вратата е заклучена).	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
17.	Се плашам ако треба да спијам сам/а.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
18.	Имам тешкотии да одам на училиште наутро, бидејќи се чувствувам нервозно или уплашено.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
19.	Немам доволно енергија за да правам нешто.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
20.	Се грижам дека можеби ќе изгледам глупаво пред другите.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
21.	Често сум уморен/а.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
22.	Се грижам дека ќе ми се случат лоши работи.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
23.	Не можам да ги тргнам лошите или глупавите мисли од мојата глава.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш

24.	Кога имам некој проблем, срцето ми чука многу брзо.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
25.	Не можам јасно да размислувам.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
26.	Одеднаш почнувам да треперам или да се тресам, иако нема причина за тоа.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
27.	Се грижам дека нешто лошо ќе ми се случи.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
28.	Кога имам некој проблем, се чувствувам како да треперам.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
29.	Се чувствувам безвредно.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
30.	Се грижам дека ќе направам грешки.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
31.	Морам да мислам на одредени мисли (како броеви или зборови), за да не се случи нешто лошо.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
32.	Се грижам што мислат другите луѓе за мене.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
33.	Се плашам да бидам на места каде што има многу гужва (како трговски центри, кино, автобуси или преполни игралишта).	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
34.	Одеднаш се чувствувам многу уплашено, без никаква причина.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
35.	Се грижам за тоа што ќе се случи.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
36.	Одеднаш ми се врти во глава или имам чувство дека ќе паднам во несвест, иако нема причина за тоа.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
37.	Размислувам за смртта.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
38.	Се плашам ако треба да зборувам пред целото одделение.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
39.	Срцето одеднаш почнува да ми чука пребрзо, без причина.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
40.	Се чувствувам како да не сакам да се помрднам од место.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
41.	Се грижам дека одеднаш ќе почувствувам страв, иако нема од што да се плашам.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
42.	Морам да правам некои работи повторно и повторно (како миење раце, чистење или редување работи по одреден редослед).	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
43.	Се плашам дека ќе направам будала од себе пред други луѓе.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
44.	Морам да правам некои работи на точно определен начин за да спречам да се случат лоши работи.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
45.	Се грижам кога си легнувам навечер.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
46.	Би се плашел/а ако треба да преспијам надвор од дома.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш
47.	Чувствувам немир.	Никогаш	Понекогаш	Често	Секогаш