

## RCADS-C

Ημερομηνία: ..... Ονοματεπώνυμο/ID: .....

Ηλικία:.....

*Παρακαλώ, κύκλωσε τη λέξη που προσδιορίζει καλύτερα τη συχνότητα εμφάνισης της κάθε κατάστασης. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις.*

1. Ανησυχώ για πολλά και διάφορα πράγματα.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
2. Νιώθω λυπημένος/- η ή έχω ένα αίσθημα κενού.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
3. Όταν έχω κάποιο πρόβλημα, έχω ενοχλήσεις στο στομάχι μου.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
4. Ανησυχώ όταν σκέφτομαι μήπως δεν τα πήγα καλά σε κάτι.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
5. Φοβάμαι να μείνω μόνος/-η στο σπίτι.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
6. Τίποτα πια δεν μου φαίνεται ευχάριστο ή διασκεδαστικό.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
7. Φοβάμαι όταν πρόκειται να γράψω διαγώνισμα.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
8. Ανησυχώ όταν σκέφτομαι ότι κάποιος είναι θυμωμένος μαζί μου.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
9. Ανησυχώ όταν βρίσκομαι μακριά από τους γονείς μου.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
10. Ενοχλούμαι από κακές ή ανόητες σκέψεις ή εικόνες που έρχονται στο μυαλό μου.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
11. Δυσκολεύομαι να κοιμηθώ.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
12. Ανησυχώ μήπως δεν θα τα πάω καλά στα μαθήματα.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
13. Ανησυχώ μήπως κάτι κακό θα συμβεί σε μέλος της οικογένειάς μου.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
14. Ξαφνικά και χωρίς λόγο αισθάνομαι να μην μπορώ να αναπνεύσω.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
15. Έχω προβλήματα με την όρεξή μου για φαγητό.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια

16. Νιώθω την ανάγκη να ελέγγω ξανά και ξανά ότι έχω κάνει κάποια πράγματα σωστά (όπως ότι έχω κλείσει το διακόπτη ή έχω κλειδώσει την πόρτα).	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
17. Φοβάμαι να κοιμηθώ μόνος/-η μου.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
18. Το πρωί δυσκολεύομαι να πάω στο σχολείο επειδή νιώθω άγχος ή επειδή φοβάμαι.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
19. Νιώθω ότι δεν έχω ενέργεια για να κάνω πράγματα.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
20. Ανησυχώ μήπως φαίνομαι χαζός/-ή ή ανόητος/-η.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
21. Νιώθω ότι είμαι πολύ κουρασμένος/-η.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
22. Ανησυχώ μήπως μου συμβούν άσχημα πράγματα.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
23. Δεν μπορώ να διώξω από το μυαλό μου τις κακές ή ανόητες σκέψεις που κάνω.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
24. Όταν έχω κάποιο πρόβλημα, η καρδιά μου χτυπάει πολύ γρήγορα (νιώθω ταχυπαλμία).	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
25. Δεν μπορώ να σκεφτώ καθαρά.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
26. Ξαφνικά και χωρίς λόγο αρχίζω να τρέμω.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
27. Ανησυχώ μήπως κάτι κακό μου συμβεί.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
28. Όταν έχω κάποιο πρόβλημα νιώθω ταραχή.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
29. Νιώθω ότι δεν αξίζω.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
30. Ανησυχώ μήπως κάνω λάθη.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
31. Αισθάνομαι την ανάγκη να κάνω συγκεκριμένες σκέψεις, όπως να σκέφτομαι κάποιους αριθμούς ή λέξεις, για να μη συμβεί κάτι κακό.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
32. Ανησυχώ για το τί σκέφτονται οι άλλοι για μένα.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια

## RCADS-C

33. Φοβάμαι να βρίσκομαι σε μέρη με πολύ κόσμο (όπως σε εμπορικά κέντρα, κινηματογράφους, λεωφορεία, πολυσύχναστες παιδικές χαρές).	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
34. Ξαφνικά και χωρίς λόγο αισθάνομαι πολύ τρομαγμένος/-η.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
35. Ανησυχώ για το τι πρόκειται να συμβεί.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
36. Ξαφνικά και χωρίς λόγο ζαλίζομαι ή έχω τάση για λιποθυμία.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
37. Σκέφτομαι το θάνατο.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
38. Φοβάμαι όταν πρέπει να μιλήσω μπροστά σε όλη την τάξη.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
39. Η καρδιά μου, ξαφνικά και χωρίς λόγο, αρχίζει να χτυπάει πολύ γρήγορα.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
40. Νιώθω σαν να μην έχω ενέργεια, ή να μη θέλω, να κινηθώ.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
41. Ανησυχώ μήπως τρομάξω ξαφνικά χωρίς να υπάρχει κάτι να φοβηθώ.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
42. Αισθάνομαι την ανάγκη να κάνω κάποια πράγματα ξανά και ξανά (π.χ. να πλένω τα χέρια μου, να τακτοποιώ τα πράγματα με ορισμένη σειρά).	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
43. Φοβάμαι μήπως γίνω ρεζίλι μπροστά σε κόσμο.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
44. Αισθάνομαι την ανάγκη να κάνω κάποια πράγματα με συγκεκριμένο τρόπο για να μη συμβεί κάτι κακό.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
45. Ανησυχώ όταν πηγαίνω για ύπνο το βράδυ.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
46. Θα φοβόμουν αν έπρεπε να διανυκτερεύσω εκτός σπιτιού.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια
47. Νιώθω ανήσυχος/-η.	Ποτέ	Μερικές φορές	Συχνά	Συνέχεια