

Datum: _____

Namn: _____

RCADS - Barnversion

Var vänlig och markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig. Det finns inga rätt eller fel svar.

| | | | | | |
|----|---|--------|--------|------|--------|
| 1 | Jag oroar mig för saker | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 2 | Jag känner mig ledsen eller tom | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 3 | När jag har problem får jag en konstig känsla i magen | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 4 | Jag oroar mig när jag tror att jag har gjort dåligt ifrån mig | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 5 | Jag skulle känna mig rädd om jag var ensam hemma | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 6 | Ingenting är särskilt roligt längre | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 7 | Jag känner mig rädd när jag måste göra ett prov | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 8 | Jag känner mig orolig om jag tror att någon är arg på mig | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 9 | Jag oroar mig för att vara borta från mina föräldrar | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 10 | Jag blir störd av hemska eller dumma tankar eller bilder i mitt huvud | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 11 | Jag har svårt att sova | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 12 | Jag oroar mig över att jag ska misslyckas i skolan | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 13 | Jag oroar mig över att något hemskt ska hända någon i min familj | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 14 | Jag kan plötsligt känna att jag inte kan andas, fast det inte finns någon anledning till det | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 15 | Jag har problem med min aptit | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 16 | Jag måste kontrollera om och om igen att jag har gjort saker rätt (som att släcka ljuset eller låsa dörren) | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 17 | Jag känner mig rädd om jag måste sova ensam | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 18 | Jag har svårt att gå till skolan på morgonen, eftersom jag känner mig nervös eller rädd | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 19 | Jag har ingen energi till att göra något | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 20 | Jag oroar mig över att verka dum | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |

| | | | | | |
|----|---|--------|--------|------|--------|
| 21 | Jag är mycket trött | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 22 | Jag oroar mig över att dåliga saker ska hända mig | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 23 | Jag kan inte få hemska eller dumma tankar ur mitt huvud | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 24 | När jag har problem slår mitt hjärta väldigt fort | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 25 | Jag kan inte tänka klart | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 26 | Jag börjar plötsligt skaka eller darra utan att det finns någon anledning | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 27 | Jag oroar mig över att något hemskt ska hända mig | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 28 | När jag har problem känner jag mig darrig | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 29 | Jag känner mig värdelös | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 30 | Jag oroar mig över att jag ska göra misstag | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 31 | Jag måste tänka speciella tankar (så som nummer eller ord) för att hindra att hemska saker händer | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 32 | Jag oroar mig över vad andra människor tänker om mig | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 33 | Jag är rädd för att vara på platser med mycket folk (t.ex. affärscentrum, på bio, bussar eller lekplatser med mycket människor) | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 34 | Plötsligt kan jag känna mig väldigt rädd utan någon anledning | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 35 | Jag oroar mig över vad som kommer att hända | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 36 | Jag blir plötsligt yr eller svag utan att det finns någon anledning | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 37 | Jag tänker på döden | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 38 | Jag känner mig rädd om jag måste prata framför klassen | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 39 | Mitt hjärta kan plötsligt börja slå för snabbt utan någon anledning | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 40 | Det känns som om jag inte har någon lust att röra på mig | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 41 | Jag oroar mig över att jag plötsligt ska få en känsla av att vara rädd, när det inte finns något att vara rädd för | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 42 | Jag måste göra vissa saker om och om igen (så som att tvätta händerna, städa, eller lägga saker i en bestämd ordning) | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |

| | | | | | |
|----|---|--------|--------|------|--------|
| 43 | Jag är rädd för att göra bort mig framför andra människor | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 44 | Jag måste göra vissa saker på precis rätt sätt för att hindra hemska saker från att hända | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 45 | Jag oroar mig när jag går och lägger mig på kvällen | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 46 | Jag skulle känna mig rädd om jag var tvungen att vara borta hemifrån över natten | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |
| 47 | Jag känner mig rastlös | Aldrig | Ibland | Ofta | Alltid |