

Data: _____

Nome: _____

RCADS

**Por favor, circule a palavra que demonstre o quão frequente cada uma dessas coisas acontece com você.
Não existem respostas certas ou erradas.**

1. Muitas coisas me preocupam	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
2. Sinto um vazio ou uma tristeza	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
3. Quando eu tenho um problema, eu sinto um frio na barriga	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
4. Eu me preocupo quando acho que fui mal em alguma coisa	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
5. Eu sinto medo quando tenho que ficar sozinho em casa	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
6. Eu não vejo mais graça em nada que eu faço	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
7. Eu sinto medo quando tenho que fazer uma prova	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
8. Eu fico preocupado quando eu acho que alguém está bravo comigo	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
9. Eu me preocupo em ficar longe dos meus pais	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
10. Eu fico incomodado com pensamentos ruins que vêm à minha cabeça	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
11. Eu tenho dificuldade em pegar no sono/para dormir	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
12. Eu me preocupo que irei mal nos trabalhos escolares	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
13. Eu me preocupo que algo terrível acontecerá com alguém da minha família	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
14. De repente, eu sinto como se não pudesse respirar sem que haja razão para isso	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
15. Eu tenho falta de apetite	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
16. Eu tenho que verificar várias vezes se fiz as coisas corretamente (ex: apagar as luzes, ou trancar a porta)	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
17. Eu sinto medo se tenho que dormir sozinho(a)	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
18. Eu tenho dificuldade para ir para à escola porque fico nervoso ou com medo	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
19. Eu sinto falta de energia	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
20. Eu me preocupo em fazer papel de bobo	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
21. Eu me sinto muito cansado	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
22. Eu me preocupo que coisas ruins acontecerão comigo				

25. Eu não consigo pensar claramente	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
26. De repente, eu começo a tremer sem motivo para isso	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
27. Eu me preocupo que algo ruim acontecerá comigo	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
28. Quando tenho um problema, me sinto inseguro	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
29. Eu me sinto insignificante	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
30. Eu me preocupo em cometer erros	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
31. Eu tenho que mudar meu foco de pensamento para impedir que coisas ruins aconteçam	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
32. Eu me preocupo com o que outros pensam de mim	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
33. Eu tenho medo de frequentar lugares lotados/com muitas pessoas (como shopping centers, cinemas, ônibus)	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
34. De repente, sinto muito medo sem motivo para isso	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
35. Eu me preocupo com o que vai acontecer	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
36. De repente, sinto tontura ou desmaio sem motivo para isso	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
37. Eu penso na morte	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
38. Eu sinto medo quando tenho que falar em frente à sala de aula	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
39. De repente, meu coração começa a bater mais rápido sem motivo para isso	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
40. Eu não sinto vontade de fazer nada	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
41. Eu me preocupo em, de repente, sentir medo sendo que não tenho nada a temer	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
42. Eu tenho que repetir algumas coisas várias vezes (como lavar as mãos, limpar ou organizar as coisas)	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
43. Eu tenho medo de fazer papel de bobo em frente aos outros	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
44. Eu tenho mania de fazer algumas coisas sempre do mesmo jeito para evitar que coisas ruins aconteçam	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
45. Quando deito para dormir à noite eu fico pensando em coisas que me preocupam	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
46. Eu sentiria medo se tivesse que passar a noite fora de casa	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
47. Me sinto agitado/inquieto	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre