

RCADS

次のようなことは、あなたにどのくらいよく起こりますか？ 当てはまるもの（まったくない・ときどきある・よくある・いつもある）に○をつけてください。正しい答えや間違った答えはありません。

1	いろいろなことについて心配する	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
2	悲しい、または、心がからっぽな感じがする	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
3	困ったことがあると、おなかの調子が悪くなる	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
4	うまくできていなかったんじゃないかと考えて、心配になる	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
5	ひとりで家にいるのがこわい	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
6	何をしてもあまり楽しくない	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
7	テストを受けなくてはいけないときに、こわくなる	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
8	誰かが自分のことを怒っているのではないかと考えて、心配になる	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
9	お父さん/お母さんのそばにいらなくなることを心配する	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
10	悪い、または、ばかばかしい考えやイメージが頭の中に浮かんできて困る	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
11	なかなか眠れない	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
12	学校でうまくいかないんじゃないかと心配する	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
13	家族の誰かに何か悪いことが起こるのではないかと心配する	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
14	理由もないのに、突然息ができないような感じになる	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
15	食欲に問題がある	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
16	(電気を消したか、ドアに鍵をかけたかなど) 何かをきちんとやったかどうか、何度も確認せずにはいられない	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
17	ひとりで寝なくてはいけないとしたら、こわい	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
18	緊張したり、こわくなったりするので、朝、学校に行くのは大変だ	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
19	何もする気になれない	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
20	自分がばかみたいに見えるのではないかと心配する	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
21	とても疲れている	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
22	自分に悪いことが起こるのではないかと心配する	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
23	悪い考えやばかばかしい考えを頭の中から追い出すことができない	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある
24	困ったことがあると、心臓がとてもドキドキする	まったくない	ときどきある	よくある	いつもある

25	はっきりと <sup>かんが</sup> 考えられない	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
26	理由もないのに、突然 <sup>とつぜん</sup> 身体が震え出す	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
27	自分に何か悪いことが起こるのではないかと <sup>しんぱい</sup> 心配する	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
28	困ったことがあると、震える	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
29	自分には価値がないと感じる	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
30	失敗するんじゃないかと <sup>しんぱい</sup> 心配する	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
31	悪いことが起こらないようにするために、(数字や言葉など)特別な <sup>とくべつ</sup> ことを考えずにはいられない	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
32	他の人にどう思われているか <sup>しんぱい</sup> 心配する	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
33	(ショッピングセンター、映画館、バス、人がたくさんいる遊び場など)混んでいる場所にいるのがこわい	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
34	何も理由がないのに、突然とてもこわくなる	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
35	これから何が起こるのだろうと <sup>しんぱい</sup> 心配する	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
36	理由もないのに、突然クラクラしたり、気を失いそうになる	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
37	死について考える	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
38	クラスの前で話をしなければならなかったら、こわい	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
39	理由もないのに、突然心臓がとてもドキドキし始める	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
40	動きたくないと感じる	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
41	何もこわいことがないのに、突然こわい気持ちになってしまうのでは ないかと <sup>しんぱい</sup> 心配する	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
42	(手を洗う、きれいにする、特別なルールどおりに物を置くなど) あることを何度も何度もせずにはいられない	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
43	人前で、ばかなことをしてしまうのではないかとこわくなる	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
44	悪いことが起こらないようにするために、何かを正しいやり方 でしなければならぬ	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
45	夜ひとりで寝に行くときに、 <sup>しんぱい</sup> 心配になる	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
46	一晩中、家から離れないといけなかったら、こわい	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある
47	気持ちが落ち着かない	まったく ない	ときどき ある	よくある	いつも ある