

## 儿童自动思维量表(CATS)

### 中文版

姓名:	测验日期:
出生日期:	性别: 男/女

**指导语:** 以下的句子是一些孩子或青少年的想法。请仔细阅读每一句, 并在其右方合适的数字上, 以表示该想法在你过去一个周内出现的频密程度。

数字代表的程度

完全没有                      很少                      有时                      经常                      总是  
0                                      1                                      2                                      3                                      4

「过去一星期里, 我想过……」	完全没有	很少	有时	经常	总是
1. 其他同学会认为我蠢	0	1	2	3	4
2. 我有权向那些罪有应得的人报复	0	1	2	3	4
3. 我做任何事都做得不对	0	1	2	3	4
4. 我将会遭遇意外	0	1	2	3	4
5. 其他同学都是蠢的	0	1	2	3	4
6. 我担心将会被人嘲弄	0	1	2	3	4
7. 我将要发疯了	0	1	2	3	4
8. 其他同学会取笑我	0	1	2	3	4
9. 我将会死亡	0	1	2	3	4
10. 大部份人都针对我	0	1	2	3	4
11. 我没有价值	0	1	2	3	4
12. 我的父母将会受伤	0	1	2	3	4
13. 再没有什么事情是顺意的	0	1	2	3	4
14. 我会在别人面前表现得很蠢	0	1	2	3	4
15. 我不会放过那些针对我的人	0	1	2	3	4
16. 我害怕自己会失控	0	1	2	3	4
17. 事情出错是因为我的过失	0	1	2	3	4
18. 其他人都在想我差劲的一面	0	1	2	3	4
19. 若有人伤害我, 我有权去伤害他们	0	1	2	3	4
20. 我将会受伤	0	1	2	3	4

centreforemotionalhealth.com.au

© Centre for Emotional Health  
Macquarie University, Sydney, Australia  
Original Publication: Schniering, C. A. & Rapee, R. M. (2002)

Translated by:

© Dr Sun Ling, Beijing Normal University



## 儿童自动思维量表(CATS)

姓名:	测验日期:
-----	-------

「过去一星期里，我想过……」	完全没有	很少	有时	经常	总是
21. 我担心其他同学如何看我	0	1	2	3	4
22. 有些人应该得到他们的报应	0	1	2	3	4
23. 我把自己的生活弄得一团糟	0	1	2	3	4
24. 有些可怕的事情将要发生	0	1	2	3	4
25. 我看起来好像一个傻瓜	0	1	2	3	4
26. 我永远不能像别人那样好	0	1	2	3	4
27. 我经常因一些我没有做错的事被人责怪	0	1	2	3	4
28. 我是一个失败者	0	1	2	3	4
29. 其他同学爱拿我来开玩笑	0	1	2	3	4
30. 人生没有生存价值	0	1	2	3	4
31. 所有人都望着我	0	1	2	3	4
32. 我害怕会令自己出丑	0	1	2	3	4
33. 我害怕有人可能会死去	0	1	2	3	4
34. 我永远不能克服我的问题	0	1	2	3	4
35. 其他人总想给我找麻烦	0	1	2	3	4
36. 我一定有些地方很有问题	0	1	2	3	4
37. 有些人是很坏的	0	1	2	3	4
38. 我憎恨自己	0	1	2	3	4
39. 有些事情会发生在我所关心的人身上	0	1	2	3	4
40. 坏人是应该受到惩罚的	0	1	2	3	4

centreforemotionalhealth.com.au

© Centre for Emotional Health  
Macquarie University, Sydney, Australia  
Original Publication: Schniering, C. A. & Rapee, R. M. (2002)

Translated by:

© Dr Sun Ling, Beijing Normal University

