

SCALA DE GÂNDURI AUTOMATE PENTRU COPII ȘI ADOLESCENȚI (CATS)

Romanian Translation

Numele:	Clasa:
Varsta:	Sexul: Masculin / Feminin

Instructiuni: In lista de mai jos sunt prezentate niste ganduri pe care copiii si adolescentii spun ca le au in diferite situatii. Va rugam cititi fiecare dintre aceste enunturi cu atentie si decideti cat de des, daca este cazul, s-a intamplat să vă treacă prin minte aceste gânduri in ultima saptamână. Incercuiti raspunsul in felul următor:

	Deloc 0	Uneori 1	Destul de des 2	Des 3	Tot 4
Spune de cate ori, in ultima saptamana te-ai gandit că	Deloc	Uneori	Destul de des	Des	Tot
1. Copiii vor crede despre mine că sunt prost(proastă)	0	1	2	3	4
2. Am dreptul să mă răzbun pe ceilalți dacă aceștia merită	0	1	2	3	4
3. Nu fac nimic bine	0	1	2	3	4
4. Cred că voi avea un accident	0	1	2	3	4
5. Ceilalți copii sunt proști	0	1	2	3	4
6. Mi-e teamă că ceilalți copii își vor bate joc de mine	0	1	2	3	4
7. Simt că înnnebunesc	0	1	2	3	4
8. Copiii vor râde de mine	0	1	2	3	4
9. Cred că voi muri	0	1	2	3	4
10. Mulți oameni sunt împotriva mea	0	1	2	3	4
11. Nu sunt bun de nimic	0	1	2	3	4
12. Mama sau tatăl meu vor păți ceva rău	0	1	2	3	4
13. Nu-mi reușește nimic din ceea ce vreau să fac	0	1	2	3	4
14. Mă voi face de rușine	0	1	2	3	4
15. Nimeni din cei care se leaga de mine nu vor scapa nepedepsiți	0	1	2	3	4
16. Mi-e frică să nu pierd controlul	0	1	2	3	4
17. Este vina mea că lucrurile nu merg bine	0	1	2	3	4
18. Oamenii cred lucruri urâte despre mine	0	1	2	3	4
19. Dacă cineva mă rănește am dreptul să îl rănesc și eu	0	1	2	3	4
20. Cred că voi păți ceva rău	0	1	2	3	4
21. Mă gândesc ce vor crede ceilalți copii despre mine	0	1	2	3	4
22. Unii oameni merită ceea ce primesc	0	1	2	3	4

Children's Automatic Thoughts Scale (CATS)

Numele:	Clasa:
---------	--------

Spune de cate ori, in ultima saptamana te-ai gandit că	Deloc	Uneori	Destul de des	Des	Tot
23. Mi-am distrus viața	0	1	2	3	4
24. Ceva groaznic urmează să se întâmple	0	1	2	3	4
25. Arăt ca un idiot(idioată)	0	1	2	3	4
26. Nu voi fi niciodată la fel de bun ca și ceilalți oameni	0	1	2	3	4
27. Intotdeauna se da vina pe mine pentru lucruri pe care nu le-am facut	0	1	2	3	4
28. Sunt un ratat(ratată)	0	1	2	3	4
29. Ceilalți copii râd de mine	0	1	2	3	4
30. Viața nu merită trăită	0	1	2	3	4
31. Toți se uită ciudat la mine	0	1	2	3	4
32. Mi-e frică să nu râdă ceilalți de mine	0	1	2	3	4
33. Imi e teamă că cineva ar putea sa moară	0	1	2	3	4
34. Nu o să-mi rezolv niciodată problemele	0	1	2	3	4
35. Oamenii încearcă să mă bage în belele	0	1	2	3	4
36. Cred că este ceva în neregulă cu mine	0	1	2	3	4
37. Unii oameni sunt răi	0	1	2	3	4
38. Mă urăsc pe mine	0	1	2	3	4
39. Ceva rău i se va întâmpla persoanelor la care țin	0	1	2	3	4
40. Oamenii răi merită să fie pedepsiți	0	1	2	3	4