

## Lestvica avtomatskih misli za otroke (CATS) – ženska oblika

### Slovenian translation for females

<b>Ime:</b>	<b>Priimek:</b>
<b>Starost:</b>	<b>Današnji datum:</b>

Navodila: Spodaj so napisane nekatere misli, za katere otroci in mladostniki pravijo, da se jim pojavijo v glavi. Prosim, vsako misel pazljivo preberi in se odloči, kako pogosto so se tebi te misli pojavljale v zadnjem tednu. Svoj odgovor označi takole.

Sploh ne                      Kdaj pa kdaj                      Kar pogosto                      Pogosto                      Ves čas  
 0    1    2    3    4

Sama sebi reci: »V zadnjem tednu sem pomislila ...	Sploh ne	Kdaj pa kdaj	Kar pogosto	Pogosto	Ves čas
1. Vrstniki bodo mislili, da sem neumna.	0	1	2	3	4
2. Imam pravico, da se maščujem drugim, če si to zaslužijo.	0	1	2	3	4
3. Ničesar ne uspem narediti prav.	0	1	2	3	4
4. Imela bom nesrečo.	0	1	2	3	4
5. Drugi otroci so neumni.	0	1	2	3	4
6. Skrbi me, da me bodo zafrkavali.	0	1	2	3	4
7. Zmešalo se mi bo.	0	1	2	3	4
8. Vrstniki se mi bodo smejali.	0	1	2	3	4
9. Umrla bom.	0	1	2	3	4
10. Večina ljudi je proti meni.	0	1	2	3	4
11. Sem ničvredna.	0	1	2	3	4
12. Moji mami ali očetu se bo zgodilo nekaj slabega.	0	1	2	3	4
13. Zame se nikoli nič ne izide prav.	0	1	2	3	4
14. Izgledala bom čudna.	0	1	2	3	4
15. Nikomur ne bom dopustila, da se spravlja na mene.	0	1	2	3	4
16. Bojim se, da bom izgubila kontrolo.	0	1	2	3	4
17. Jaz sem kriva, da so šle stvari narobe.	0	1	2	3	4
18. Ljudje si o meni mislijo slabe stvari.	0	1	2	3	4
19. Če me kdo prizadene, imam pravico, da ga/jo prizadenem nazaj.	0	1	2	3	4
20. Poškodovala se bom.	0	1	2	3	4

centreforemotionalhealth.com.au

© Centre for Emotional Health  
Macquarie University Sydney Australia  
Original Publication: Schniering & Rapee (2002)

Translated by/ Prevod:

Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše  
Ljubljana  
Peter Janjušević in Daša Vervega (2015)



Svetovalni center za otroke,  
mladostnike in starše Ljubljana  
The Counselling Centre for Children,  
Adolescents and Parents Ljubljana

## Lestvica avtomatskih misli za otroke (CATS) – ženska oblika

### Slovenian translation for females

Ime:	Priimek:
------	----------

	Sploh ne	Kdaj pa kdaj	Kar pogosto	Pogosto	Ves čas
21. Strah me je, kaj si bodo vrstniki mislili o meni.	0	1	2	3	4
22. Nekateri ljudje si zaslužijo, kar se jim zgodi.	0	1	2	3	4
23. Svoje življenje sem si čisto zapletla.	0	1	2	3	4
24. Zgodilo se bo nekaj groznega.	0	1	2	3	4
25. Izgledam kot idiot.	0	1	2	3	4
26. Nikoli ne bom tako dobra, kot so drugi ljudje.	0	1	2	3	4
27. Vedno me krivijo za stvari, ki jih nisem storila.	0	1	2	3	4
28. Sem čista zguba (»luzer«).	0	1	2	3	4
29. Drugi otroci se norčujejo iz mene.	0	1	2	3	4
30. Ni mi vredno živeti.	0	1	2	3	4
31. Vsi strmijo vame.	0	1	2	3	4
32. Bojim se, da bom iz sebe naredila bedaka.	0	1	2	3	4
33. Strah me je, da bi nekdo lahko umrl.	0	1	2	3	4
34. Nikoli ne bom premagala svojih težav.	0	1	2	3	4
35. Ljudje me vedno hočejo spraviti v težave.	0	1	2	3	4
36. Z menoj je nekaj hudo narobe.	0	1	2	3	4
37. Nekateri ljudje so slabi.	0	1	2	3	4
38. Sovražim se.	0	1	2	3	4
39. Nekomu, ki ga/jo imam rada, se bo zgodilo nekaj slabega.	0	1	2	3	4
40. Slabi ljudje si zaslužijo, da so kaznovani.	0	1	2	3	4

centreforeemotionalhealth.com.au

© Centre for Emotional Health  
Macquarie University Sydney Australia  
Original Publication: Schniering & Rapee (2002)

Translated by/ Prevod:

Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše  
Ljubljana  
Peter Janjušević in Daša Vervega (2015)



Svetovalni center za otroke,  
mladostnike in starše Ljubljana  
The Counselling Centre for Children,  
Adolescents and Parents Ljubljana