



رېځخراوى وضان بۇ قوربانىيى ئېشېلكارى مافى مروظ
سەنتەرى راھىتان و ضارەسەرى زەبرى دەرونى

ليستی نيشانه‌کانی هوبكنس – 25

HOPKINS SYMPTOM CHECKLIST-25

HSCL-25



کۆنى كوردى

Kurdish Version

ئىداضوونەوى نازارى 2015

Revised March 2015



ناو / NAME :	بەروار /
DATE :	
بەرواري لەدايکبوون / DATE OF BIRTH :	رەتەز / SEX :
باري خيزاني / MARITAL STATUS :	ضارەساز / CLINICIAN :
دەستنيشانکردني حالەتي دەروني / PSYCHIATRIC DIAGNOSIS :	

رېئىمايىيەكان:

ئەمەنەتە لاي خوارە ئەو نىشانەقۇ طرفتانەن كە ھەندىك جار دوزارى خەلك دەبن، تىكايە ھەرىكەتەيان بە وردى بخوینەرەقەو باسى ئەقە بکە تا ض رادەيەك ئەو نىشانەنە لە ماوئەي ھەفتەي رابردودا بە ئەمرؤشەقە نىطەران يان بىزاريان کردويت. تىكايە ھىماي (✓) لە خانەي طونجاو بدە.

Instructions:

Listed below are symptoms or problems that people sometimes have. Please read each one carefully and describe how much the symptoms bothered you or distressed you in the last week, including today. Place a check in the appropriate column.

ذمارة No	بەشەي يەكەم: نىشانەكانى دلتراوكا (قەلەقى) PART I: ANXIETY SYMPTOMS	بەھىض جورىك Not at all (1)	كەمىك A little (2)	ھەندىك زور Quite a bit (3)	ئىچتار زور Extremely (4)
1/ 1	ترسى لىناكوى بى ھۆكار Suddenly scared for no reason				
2/ 2	ھەستىكرىن بە ترس Feeling fearful				
3/ 3	بورانقە، طىنبوون، يان بېھىزى Faintness, dizziness or weakness				
4/ 4	ھەستىكرىن بە تورەيى (عەقەتەي) Nervousness or shakiness inside				
5/ 5	دلتەكوتى Heart pounding or racing				
6/ 6	لتەرزىن Trembling				
7/ 7	ھەستىكرىن بە طردىي و بىتاقەتەي Feeling tense or Keyed up				
8/ 8	سەتر ئىشە Headache				
9/ 9	نوبەي ئوقىن Spell of terror or panic				
10/ 10	ھەستىكرىن بە ماخولان و جى بەخۇنەطرتن Feeling restless or can't sit still				
نمەكان / Scores					
كۆى نمەكان (10 - 1) / Total Scores (1 - 10)					

$$\text{Anxiety Score} = \frac{\text{ITEMS 1 - 10}}{10} = \frac{\quad}{10} = \boxed{\quad}$$

نمارة No	بەشي دوووم: نيشانەكانى خەمۆكى (كأبة) PART II: DEPRESSION SYMPTOMS	بەهيض جۆرىك Not at all	كەمىك A little	هتەدىك زۆر Quite a bit	نېجطار زۆر Extremely
11/ 11	هەستکردن بە دابەزىنى ووزە وخابوونقو Feeling low in energy, slowed down				
12/ 12	خۆ سەرزەنشەت کردن سەبارەت بە زۆر شت Blaming yourself for things				
13/ 13	دەستکردن بە طريان بەناسانى Crying easily				
14/ 14	كەمبوونقوئى ئارەزووى سېكسى يان ضېد وەرطرن لىي Loss of sexual interest or pleasure				
15/ 15	كەمبوونقوئى ئارەزووى خواردن Poor appetite				
16/ 16	بە زەحمەت خەولیکۆتن يان مانقو بە نوستوبى Difficulty falling asleep, staying asleep				
17/ 17	هەستکردن بە بېهيوایى سەبارەت بە دوارۆد Feeling hopeless about future				
18/ 18	دلەتەنطى و دلطوشران Feeling blue				
19/ 19	هەستکردن بە تەنیايى Feeling lonely				
20/ 20	بیرکردنقو لە خۆکوشتن Thought of ending your life				
21/ 21	هەستکردن بە کەوتنە ناو داو يان دەستطیرکردن Feeling of being trapped or caught				
22/ 22	دلەراوکیى زۆر دەربارەى زۆر شت Worry too much about things				
23/ 23	هەستکردن بە نەبوونى ئارەزوو بۆ هيض شتیک Feeling no interest in things				
24/ 24	هەست کردن بۆقوئى هەموو شتەى بۆزەحمەت دینە ئیشقو Feeling everything is an effort				
25/ 25	هەست کردن بۆبێنرخى Feeling of worthlessness				
نمرەكان / Scores					
كۆى نمرەكان (11 - 25) / Total Scores (11 - 25)					
كۆى نمرەكان (1 - 25) / Total Scores (1 - 25)					

$$\text{DSM IV Depression Score} = \frac{11-25}{15} \times 15 = \boxed{}$$

$$\text{TOTAL Score} = \frac{1-25}{25} \times 25 = \boxed{}$$

نمرەكان SCORING

وئەلامەكان بەتەویرەي دمارەي بەشە وئەلامدراوئەكان كۆدەكریئەتەو دابەش دەكریئەت بۆ ئۆتەي ئۆم نمرانەي لای خوارۆە دروست ببیت:

Responses are summed and divided by the number of answered items to generate the following scores:

1- بۆ وئەلامەكانی هەر بەشیك، ئۆم دمارانەي لای خوارۆە دابنا:

"بە هیض جوریک"	=	1
"كەمیک"	=	2
"هەندیک زۆر"	=	3
"ئیجطار زۆر"	=	4

1- For the responses to each item, assign the following numbers:

- 1 = Not at all
- 2 = A little
- 3 = Quite a bit
- 4 = Extremely

2- نمرەكانی بەشەكەي بخترەستەر بەستەر كۆي طشتی بەشە وئەلامدراوئەكاندا دابەشەي بكە:

2- Add up item scores and divide by the total number of the answered items:

$$\text{نمرەي دلتراوكا} = \frac{\text{بەشەكانی } 10 - 1}{10}$$

$$\text{Anxiety Score} = \frac{\text{ITEMS 1 - 10}}{10} = \frac{\quad}{10} = \boxed{\quad}$$

$$\text{نمرەي خەمۆكي (DSM IV)} = \frac{\text{بەشەكانی } 25 - 11}{15}$$

$$\text{DSM IV Depression Score} = \frac{\text{ITEMS 11 - 25}}{15} = \frac{\quad}{15} = \boxed{\quad}$$

$$\text{كۆي نمرەكان} = \frac{\text{بەشەكانی } 25 - 1}{25}$$

$$\text{TOTAL Score} = \frac{\text{ITEMS 1 - 25}}{25} = \frac{\quad}{25} = \boxed{\quad}$$

ئۆم كەسانەي كە نمرەكانیان لە حالەتي دلتراوكا (قەلقەي) /یان خەمۆكي /یان لۆكۆي طشتیدا لە 1.75 زیاتەر، بە تووشبوو دادەنرین.

Individuals with scores on anxiety and/or depression and/or total greater than 1.75 are considered symptomatic.

تییینی: دمارەي ≤ 1.75 ئیستا بەخالیكي دروست دادەنریت لەلایەني زانستییه.

Note: ≤ 1.75 is now considered a scientifically valid cut-off point.