



PATHWAYS TO WELLNESS

Integrating Refugee Health and Well-Being

Refugee Health Screener-15 (RHS-15) Farsi Version

Bilingual versions of the RHS-15 have been translated by an iterative process involving experts in the field, professional translators, and members of the refugee community so that each question is asked correctly according to language and culture. The English text is provided for reference only; using the English alone negates the sensitivity of this instrument.

DEMOGRAPHIC INFORMATION

Name: _____ Date of Birth: _____

Gender: _____ Date of Arrival: _____ Health ID: _____

Administered by: _____ Date of Screen: _____

Developed by the *Pathways to Wellness* project and generously funded by Robert Wood Johnson Foundation, Bill and Melinda Gates Foundation, United Way of King County, Medina Foundation, The Seattle Foundation, Boeing Employees Community Fund and M.J. Murdock Charitable Trust.

© 2013 Pathways to Wellness: Integrating Refugee Health and Well-Being

Pathways to Wellness: Integrating Refugee Health and Well-Being is a project of Lutheran Community Services Northwest, Asian Counseling and Referral Service, Public Health Seattle & King County, and Michael Hollifield, M.D. of Pacific Institute for Research & Evaluation. For more information, please contact The *Pathways* Project at 206-816-3253 or pathways@lcsnw.org.

دستورالعمل: لطفاً با استفاده از مقیاس مندرج در هر ردیف، مشخص نمایید این علائم جسمی یا روحی در یک ماه گذشته تا چه اندازه شما را آزار داده است. در ادامه، متناسب با حال روحی خود علامت ضربدر بگذارید. اگر نشانه یا علائمی وجود دارد که در یک ماه گذشته با آن مواجه نشده اید روی گزینه «اصلاً» ضربدر بگذارید.

INSTRUCTIONS: Using the scale beside each symptom, please indicate the degree to which the symptom has been bothersome to you over the past month. Place a mark in the appropriate column. If the symptom has not been bothersome to you during the past month, circle "NOT AT ALL."



بسیار شدید EXTREMELY	تا حدی QUITE A BIT	بطور متوسط MODERATELY	کم A LITTLE BIT	اصلاً NOT AT ALL	علائم جسمی یا روحی SYMPTOMS
4	3	2	1	0	1. دردهای عضلانی، استخوانی یا مفصلی Muscle, bone, joint pains
4	3	2	1	0	2. احساس بی حوصلگی، اندوه، یا افسردگی در اکثر مواقع Feeling down, sad, or blue most of the time
4	3	2	1	0	3. زیاد فکر کردن یا افکار زیادی در سر داشتن Too much thinking or too many thoughts
4	3	2	1	0	4. احساس درماندگی Feeling helpless
4	3	2	1	0	5. ترس ناگهانی و بی دلیل Suddenly scared for no reason
4	3	2	1	0	6. سستی، سرگیجه، یا ضعف Faintness, dizziness, or weakness
4	3	2	1	0	7. عصبیت یا لرزش درونی Nervousness or shakiness inside
4	3	2	1	0	8. حس بی قراری، آرام و قرار نداشتن Feeling restless, can't sit still
4	3	2	1	0	9. به آسانی به گریه افتادن Crying easily

Developed by the Pathways to Wellness project and generously funded by Robert Wood Johnson Foundation, Bill and Melinda Gates Foundation, United Way of King County, Medina Foundation, The Seattle Foundation, Boeing Employees Community Fund and M.J. Murdock Charitable Trust.

© 2013 Pathways to Wellness: Integrating Refugee Health and Well-Being

Pathways to Wellness: Integrating Refugee Health and Well-Being is a project of Lutheran Community Services Northwest, Asian Counseling and Referral Service, Public Health Seattle & King County, and Michael Hollifield, M.D. of Pacific Institute for Research & Evaluation. For more information, please contact The Pathways Project at 206-816-3253 or pathways@lcsnw.org.

علائمی که در ذیل می آید باید مرتبط با اتفاقی در دوران جنگ و مهاجرت باشد که سبب آسیب روحی شده است.
در ماه گذشته تا چه اندازه با موارد ذیل مواجه شده اید:

The following symptoms may be related to traumatic experiences during war and migration. How much in the past month have you:



بسیار شدید
EXTREMELY

تا حدی
QUITE A BIT

بطور متوسط
MODERATELY

کم
A LITTLE BIT

اصلاً
NOT AT ALL

علائم جسمی یا روحی
SYMPTOMS

4

3

2

1

0

10. آیا با این تجربه روبرو شده اید که اتفاق منجر به آسیب دیدگی دوباره برایتان زنده شود و طوری رفتار کنید یا احساس نمایید که انگار آن اتفاق دوباره برایتان رخ داده است؟

Had the experience of reliving the trauma; acting or feeling as if it were happening again?

4

3

2

1

0

11. آیا با یادآوری آن اتفاق واکنش های جسمانی (مثلاً خیس غرق شدن، یا ضربان تند قلب) داشته اید؟

Been having physical reactions (for example, break out in a sweat, heart beats fast) when reminded of the trauma?

4

3

2

1

0

12. آیا با کرختی احساسی مواجه شده اید (مثلاً احساس کنید غمگین هستید اما نمی توانید گریه کنید، یا نمی توانید احساسات دوستانه خود را نشان دهید)؟

Felt emotionally numb (for example, feel sad but can't cry, unable to have loving feelings)?

4

3

2

1

0

13. بیشتر از جا می پرید یا سریعتر دچار هراس می شوید، (مثلاً وقتی کسی پشت سر شما راه می رود)؟

Been jumpier, more easily startled (for example, when someone walks up behind you)

14. در زیر دور بهترین جواب دایره بکشید. آیا احساس می کنید که:
Circle the one best response below. Do you feel that you are:

0 می توانم با همه چیز روبرو شوم (با آن کنار بیایم)
Able to handle (cope with) anything

1 می توانم با بیشتر چیزها روبرو شوم (با آن کنار بیایم)
Able to handle (cope with) most things

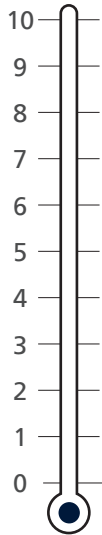
2 می توانم فقط با بعضی اتفاقات زندگی روبرو شوم (با آن کنار بیایم)، ولی نه با هر اتفاقی
Able to handle (cope with) some things, but not able to cope with other things

3 نمی توانم با اکثر اتفاقات زندگی کنار بیایم
Unable to cope with most things

4 نمی توانم با هیچیک از اتفاقات زندگی کنار بیایم
Unable to cope with anything

Add Total Score of items 1-14

سنجش میزان پریشانی
15. Distress Thermometer



اضطراب شدید
«مثل همیشه حالم بد است»
EXTREME DISTRESS
"I feel as bad as I ever have"



بدون اضطراب
«همه چیز خوب است»
NO DISTRESS
"Things are good"

لطفاً دور عدد (۰ تا ۱۰) که میزان اضطراب شما را در هفته گذشته، شامل امروز، به بهترین شکل توصیف می نماید دایره بکشید.

Please circle the number (0-10) that best describes how much distress you have been experiencing in the past week, including today.

SCORING SCREENING IS POSITIVE IF: ① ITEMS 1-14 IS ≥ 12 OR ② DISTRESS THERMOMETER IS ≥ 5

CHECK ONE: POSITIVE NEGATIVE

SELF-ADMINISTERED NOT SELF-ADMINISTERED