

## Version traduite et validée de l'EKT en arabe

موافق بشدّة	موافق نوعا ما	غير موافق نوعا ما	غير موافق	
4	3	2	1	1. أخشى أن أتألم إذا قمت بنشاط بدني
4	3	2	1	2. ألمي يشتدّ كلما حاولت التغلب عليه
4	3	2	1	3. يخذلني جسدي كلما حاولت التغلب على الألم والقيام بالنشاط
4	3	2	1	4. القيام بنشاط بدني يقلل من شدة الألم
4	3	2	1	5. لا يأخذ الناس حالتني الصحيّة محمل الجدّ
4	3	2	1	6. الآلام جعلتني أشعر أنني في خطر متواصل لباقي الأيام
4	3	2	1	7. الألم يعني لي دائما أنني مصاب
1	2	3	4	8. إذا قمت بعمل ما واشتدّ الألم فهذا لا يعني أنّ هناك خطر على حالتني الصحيّة
4	3	2	1	9. أخاف أن أصاب عن غير قصد
4	3	2	1	10. الطريفة الأفضل لمنع اشتداد ألمي هي ألا أقوم بأيّة حركات أنا في غنى عنها
4	3	2	1	11. لن تكون لي آلام كبيرة في حالة لم يحدث لي شيء خطير بجسدي
4	3	2	1	12. رغم أنّ وضعيتني صعبة، سأكون أفضل في حالة القيام بنشاط بدني
4	3	2	1	13. درجة الألم هي التي تجعلني أتوقّف عن النّشاط البدني حتّى لا أصاب
4	3	2	1	14. ليس من الحذر لمن هو في حالتني الصحيّة أن يقوم بنشاط بدني
4	3	2	1	15. لا يمكنني أن أقوم بنفس الأعمال التي يقوم بها شخص غير مصاب لأنّ احتمال تفاقم الإصابة عندي أكبر
4	3	2	1	16. رغم أنّ هناك الكثير من الأعمال التي تسبّب لي آلاماً كبيرة لا أضنّ أنّ أمرًا خطيرًا يحصل لي
4	3	2	1	17. لا يكون الشّخص مجبراً على القيام بنشاط بدني أو بتمارين رياضيّة عند الإحساس بالألم

