

# Pathways to Wellness

## Integrating Refugee Health and Well-being

*Creating pathways for refugee survivors to heal*



ARABIC VERSION

### DEMOGRAPHIC INFORMATION

NAME: \_\_\_\_\_

DATE OF BIRTH: \_\_\_\_\_

ADMINISTERED BY: \_\_\_\_\_

DATE OF SCREEN: \_\_\_\_\_

DATE OF ARRIVAL: \_\_\_\_\_ GENDER: \_\_\_\_\_

HEALTH ID #: \_\_\_\_\_

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

*Pathways to Wellness: Integrating Community Health and Well-being* is a project of Lutheran Community Services Northwest, Asian Counseling and Referral Services, Public Health Seattle & King County, and Dr. Michael Hollifield. For more information, please contact Beth Farmer at 206-816-3252 or [bfarmer@lcsnw.org](mailto:bfarmer@lcsnw.org)

## REFUGEE HEALTH SCREENER-15

### الفرز الصحي للاجئين - 15

**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."

**تعليمات:** باستخدام المقياس الموجود بجانب كل عرض من الأعراض، يرجى الإشارة إلى درجة مضايقة كل عرض لك على مدى الشهر الماضي. ضع دائرة في العمود المناسب. إذا لم يكن العرض مضايقاً لك خلال الشهر الماضي، فضع دائرة في عمود "لا شيء على الإطلاق".



EX-TREMELY إلى أقصى حد	QUITE A BIT كثيراً	MODERATELY معتدلاً	A LITTLE BIT قليلاً	NOT AT ALL لا شيء على الإطلاق	SYMPTOMS الأعراض
4	3	2	1	0	<b>1. Muscle, bone, joint pains</b> 1. آلام في العضلات والعظام والمفاصل
4	3	2	1	0	<b>2. Feeling down, sad, or blue most of the time</b> 2. تشعر بتكدّر البال أو الحزن أو الكمد في معظم الأوقات
4	3	2	1	0	<b>3. Too much thinking or too many thoughts</b> 3. تفكير كثير جداً أو أفكار كثيرة جداً
4	3	2	1	0	<b>4. Feeling helpless</b> 4. الشعور بعدم القدرة على المساعدة (الشعور بالعجز)
4	3	2	1	0	<b>5. Suddenly scared for no reason</b> 5. رعب مباغت بدون سبب
4	3	2	1	0	<b>6. Faintness, dizziness, or weakness</b> 6. إغماء أو دوخة أو ضعف
4	3	2	1	0	<b>7. Nervousness or shakiness inside</b> 7. عصبية أو ارتجاف داخلي
4	3	2	1	0	<b>8. Feeling Restless, can't sit still</b> 8. عدم الشعور بالهدوء وإثبات في الجلوس
4	3	2	1	0	<b>9. Crying easily</b> 9. البكاء بسهولة

الرقم التعريفي: \_\_\_\_\_

التاريخ: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

*The following symptoms may be related to traumatic experiences during war and migration.*

*How much in the past month have you:*

*التجارب التالية يمكن أن تكون تجارب مؤلمة متعلقة بالحرب أو الهجرة. كم من الشهر الماضي؟*

4	3	2	1	0	<b>10. Had the experience of reliving the trauma; acting or feeling as if it were happening again?</b> 10. هل عانيت من استعادة تذكرك لهذه الصدمة بخيالك أو تمثيلها أو الشعور كأنها تحدث مرة أخرى؟
4	3	2	1	0	<b>11. Been having PHYSICAL reactions (for example, break out in a sweat, heart beats fast) when reminded of the trauma?</b> 11. هل عانيت من ردود فعل بدنية (على سبيل المثال، كثرة تصبب العرق، سرعة دقات القلب) عندما تم تذكيرك بالصدمة؟
4	3	2	1	0	<b>12. Felt emotionally numb (for example, feel sad but can't cry, unable to have loving feelings)?</b> 12. هل شعرت بانعدام المشاعر (على سبيل المثال، تشعر بالحزن ولكنك لا تستطيع البكاء، أو غير قادر على الإحساس بمشاعر الحب)؟
4	3	2	1	0	<b>13. Been jumpier, more easily startled (for example, when someone walks up behind you)?</b> 13. هل كنت متوتراً من الخوف لحد القفز وأصبحت تجفل بسهولة أكثر (تبحث عن حوك. قلقاً عما يدور خلفك)؟

14. Generally over your life, do you feel that you are:

14. بصورة عامة، وطول حياتك هل تحس بأنك:

1. Able to handle (cope with) anything that comes your way .....

1. إنك قادر على مواجهة كل الأمور.....

2. Able to handle (cope with) most things that come your way .....

2. إنك قادر على مواجهة معظم الأمور.....

3. Able to handle (cope with) some things, but not able to cope with other things.....

3. إنك قادر على مواجهة بعض الأمور وغير قادر على مواجهة الأمور الأخرى.....

4. Unable to cope with most things.....

4. إنك غير قادر على مواجهة معظم الم.....

5. Unable to cope with anything .....

5. إنك غير قادر على مواجهة كل الأمور.....

**ADD TOTAL SCORE OF ITEMS 1-14: \_\_\_\_\_**

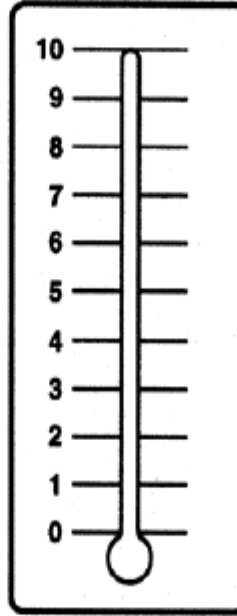
15.

## Distress Thermometer

### مقياس حدة الضائقة

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

أولاً: يُرجى وضع دائرة حول الرقم (من صفر إلى 10) الذي يصف مقدار حدة الضائقة التي عانيت منها في الأسبوع الماضي بما فيه هذا اليوم.

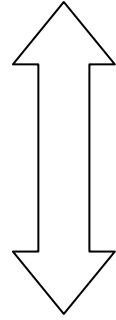


**Extreme distress**  
ضائقة شديدة للغاية

**No distress**  
عدم وجود ضائقة

"I feel as bad as I ever have"

"أشعر باستياء أشد من أي وقت مضى"



"Things are good"

"كل شيء على ما يرام"

### SCORING

Screening is **POSITIVE** if:

1. Total score of items 1 to 14 is  $\geq 12$  OR
2. Distress Thermometer is  $\geq 5$

Self-Administered: \_\_\_\_\_

Not Self-Administered: \_\_\_\_\_

**CIRCLE ONE:**

**SCREEN NEGATIVE**

**SCREEN POSITIVE  
REFER FOR SERVICES**