بعضی مواقع جوانان و نوجوانان در اثر تجربیات ترس‌آور و ناراحت‌کننده (اتفاقات) دچار ناراحتیهای مشخصی میشوند. جملات زیر در مورد اینگونه ناراحتیها میباشند. منظور اینست که شما در جلو هر جمله (ناراحتی) مشخص کنید که شما تا چه اندازه از آن رنج میبرید. با سیاه کردن دایره مربوطه میتوانید مشخص کنید که در ماه گذشته تا چه اندازه از این ناراحتی رنج برده‌اید. با تشکرات فراوان

خیلی زیاد = ● زیاد = ● یک کمی = ● هیچ = ●

			●	●	●	●
1	Ik denk aan de gebeurtenissen ook als ik het niet wil. (Bijvoorbeeld: beelden van de gebeurtenis schieten me te binnen).	1. من راجع به اتفاق (اتفاقات) زیاد فکر میکنم حتی اگر خودم نمیخواهم (مثلاً : آن پیشآمدها جلو چشمم میآیند)	O	O	O	O
2	Ik heb enge dromen of nachtmerries over de gebeurtenissen.	2. من درباره اتفاق (اتفاقات) خوابهای ترس‌اور یا کابوس میبینم.	O	O	O	O
3	Ik heb het gevoel dat de gebeurtenissen weer opnieuw gebeuren.	3. من احساس میکنم که اتفاق (اتفاقات) مرتباً تکرار میشوند.	O	O	O	O
4	Ik voel me bang of verdrietig (raak overstuur) als ik aan de gebeurtenissen denk.	4. اگر من به اتفاق (اتفاقات) فکر کنم احساس ترس ویا غمگینی به من دست میدهد (عصبانی میشوم).	O	O	O	O
5	Ik vind dat ik de dingen op dezelfde manier doe als tijdens de gebeurtenissen.	5. من فکر میکنم که کارها را همانطور انجام میدهم که در هنگام اتفاق (اتفاقات) انجام میدادم.	O	O	O	O
6	Als ik aan de gebeurtenissen denk, roept het gevoelens in mijn lichaam op (bijvoorbeeld: hoofdpijn, buikpijn, hartkloppingen).	6. اگر من به اتفاق (اتفاقات) فکر کنم بدن من عکس‌العمل نشان میدهد (سردرد، شکم درد، تپش قلب)	O	O	O	O
7	Ik probeer niet over die gebeurtenissen te denken of praat erover.	7. من سعی میکنم که درباره اتفاق (اتفاقات) فکر نکنم یا در مورد آن صحبت نکنم.	O	O	O	O
8	Ik probeer mijn gevoelens over de gebeurtenissen weg te stoppen.	8. من تلاش میکنم که احساسات خود را در مورد اتفاق (اتفاقات) پنهان و از خود دور کنم.	O	O	O	O
9	Ik probeer weg te blijven van mensen of plaatsen die me doen denken aan de gebeurtenissen.	9. من میکوشم از افراد یا محلهائی که مرا به یاد اتفاق (اتفاقات) میاندازند دوری نمایم.	O	O	O	O
10	Ik ben belangrijke dingen vergeten over de gebeurtenissen.	10. من مسایل مهمی را در مورد اتفاق (اتفاقات) فراموش کرده‌ام.	O	O	O	O
11	Ik voel me alleen.	11. من احساس تنهائی میکنم.	O	O	O	O
12	Ik voel dat ik geen contact met de mensen om me heen heb.	12. من احساس میکنم که با افراد پیرامون خود تماس ندارم.	O	O	O	O
13	Ik heb moeite mijn gevoelens te uiten.	13. بیان و نشان دادن احساساتم برای من مشکل است.	O	O	O	O
14	Ik ben niet geïnteresseerd in dingen zoals sport, vrienden, school.	14. من علاقه‌ای(میلی) به چیزهائی مانند ورزش، دوستان و مدرسه ندارم.	O	O	O	O
15	Ik ben niet positief over mijn toekomst. (Bijvoorbeeld: dat ik geen partner zal vinden, geen goede baan krijg)	15. من راجع به آینده خود خوشبین نیستم. (مثلاً اینکه من در آینده یک همسر یا شغل و کار خوب پیدا خواهم کرد)	O	O	O	O
16	Ik heb problemen om in slaap te vallen.	16. مشکل بخواب میروم.	O	O	O	O
17	Ik word ‘s nachts vaak wakker of te vroeg wakker.	17. من شبها زیاد از خواب بیدار میشوم ویا صبحها زود از خواب بیدار میشوم.	O	O	O	O
18	Ik heb moeite met opletten, of mijn aandacht bij iets houden (op school, thuis).	18. مشکل میتوانم حواسم را جمع کنم یا فکرم را به چیزی تمرکز دهم (در مدرسه، در خانه)	O	O	O	O
19	Ik ben waakzaam (ik kijk altijd uit voor dingen waar ik bang voor ben, of ik ben op mijn hoede).	19. من هوشیار هستم. (من به چیزهائی که از آن میترسم خوب توجه میکنم و در مورد آنها هوشیار هستم، دور و بر خود را می‌پایم)	O	O	O	O
20	Ik ben schrikachtig (bijvoorbeeld als ik harde geluiden hoor, of als er iets onverwachts gebeurt).	20. من از ترس زود از جا میپرم و وحشت زده هستم. (مثلاً اگر صدای بلندی بشنوم یا اگر اتفاق غیرمنتظره‌ای رخ دهد)	O	O	O	O
21	Ik krijg vaak ruzie met anderen (bijvoorbeeld met familie, vrienden, leerkrachten).	21. من زود با دیگران دعوا و مشاجره میکنم. (فامیل، دوستان، معلمان)	O	O	O	O
22	Ik heb woede uitbarstingen (ik word soms zo boos dat ik met dingen ga gooien, ga slaan, ga schoppen of ga schreeuwen).	22. من گاهی اوقات دچار حملات عصبانیت و خشونت میشوم. (من بعضی مواقع آنقدر عصبانی میشوم که شروع به پرتاب اشیاء و زدن دیگران میکنم.)	O	O	O	O