

A veces las personas jóvenes padecen determinados síntomas a consecuencia de haber pasado por un acontecimiento dramático. Las frases siguientes se refieren a este tipo de síntomas. Deberás indicar en cada frase (queja) si tú no la tienes, la tienes un poco, mucho o muchísimo. Rellenando de negro el redondel correspondiente, puedes indicar cuánta molestia has tenido de la queja DURANTE LAS ÚLTIMAS CUATRO SEMANAS. Gracias!

● = no ● = poco ● = mucho ● = muchísimo

			●	●	●	●
			no	poco	mucho	muchísimo
1	Pienso a menudo en el/los acontecimiento/s también sin querer (Por ejemplo; imágenes de los acontecimientos me vienen de repente).	Ik denk aan de gebeurtenissen ook als ik het niet wil. (Bijvoorbeeld: beelden van de gebeurtenis schieten me te binnen).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Tengo sueños angustiosos o pesadillas del/los acontecimiento/s.	Ik heb enge dromen of nachtmerries over de gebeurtenissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Tengo la sensación como si el/los acontecimiento/s ocurrieran cada vez de nuevo	Ik heb het gevoel dat de gebeurtenissen weer opnieuw gebeuren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Tengo miedo o tristeza (me trastorno) si pienso en el/los acontecimiento/s.	Ik voel me bang of verdrietig (raak overstuur) als ik aan de gebeurtenissen denk.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Creo que actúo de la misma forma que cuando ocurrieron el/los acontecimiento/s.	Ik vind dat ik de dingen op dezelfde manier doe als tijdens de gebeurtenissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Si pienso en el/los acontecimiento/s, me siento mal (dolor de cabeza, dolor de vientre, palpitaciones).	Als ik aan de gebeurtenissen denk, roept het gevoelens in mijn lichaam op (bijvoorbeeld: hoofdpijn, buikpijn, hartkloppingen).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Trato de no pensar en, o de no hablar de el/los acontecimiento/s .	Ik probeer niet over die gebeurtenissen te denken of praat erover.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Trato de esconder mis sentimientos sobre el/los acontecimiento/s.	Ik probeer mijn gevoelens over de gebeurtenissen weg te stoppen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Trato de no estar con personas o en lugares que me recuerdan el/los acontecimiento/s.	Ik probeer weg te blijven van mensen of plaatsen die me doen denken aan de gebeurtenissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	He olvidado cosas importantes del/los acontecimientos.	Ik ben belangrijke dingen vergeten over de gebeurtenissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Me siento solo/ sola.	Ik voel me alleen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Siento que no tengo contacto con las personas que tengo a mi alrededor	Ik voel dat ik geen contact met de mensen om me heen heb.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Tengo dificultad para expresar mis sentimientos.	Ik heb moeite mijn gevoelens te uiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	No tengo interés en cosas como el deporte, mis amigos, el colegio.	Ik ben niet geïnteresseerd in dingen zoals sport, vrienden, school.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Soy negativo con respecto a mi futuro (Por ejemplo: no encontrar una pareja, no obtener un buen trabajo).	Ik ben niet positief over mijn toekomst. (Bijvoorbeeld: dat ik geen partner zal vinden, geen goede baan krijg)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Me cuesta dormirme.	Ik heb problemen om in slaap te vallen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Me despierto mucho por las noches o me despierto muy temprano.	Ik word 's nachts vaak wakker of te vroeg wakker.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Tengo dificultad para prestar atención, o para concentrarme en algo (en el colegio, en casa).	Ik heb moeite met opletten, of mijn aandacht bij iets houden (op school, thuis).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Estoy atento/ a (tengo cuidado de las cosas que me asustan o estoy alerta).	Ik ben waakzaam (ik kijk altijd uit voor dingen waar ik bang voor ben, of ik ben op mijn hoede).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Me asusto (por ejemplo si oigo un ruido fuerte o cuando ocurre algo inesperado).	Ik ben schrikachtig (bijvoorbeeld als ik harde geluiden hoor, of als er iets onverwachts gebeurt).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Discuto a menudo con otros (por ejemplo con familia, amigos, profesores).	Ik krijg vaak ruzie met anderen (bijvoorbeeld met familie, vrienden, leerkrachten).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Tengo arranques de ira (a veces me enfado tanto que tiro cosas, pego, doy patadas o grito).	Ik heb woede uitbarstingen (ik word soms zo boos dat ik met dingen ga gooien, ga slaan, ga schoppen of ga schreeuwen).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>