

İz bırakan bazı önemli olaylar yaşadıkdan sonra, gençlerin bazen belirli şikayetleri olmaktadır. Şimdi aşağıda bazı şikayetler sıralanmaktadır. Her şikayetin karşısına, bu tür bir şikayetiniz olup olmadığını; varsa, az mı, çok mu veya çok fazla mı şikayetiniz olduğunu belirtmişiniz? Cevap bölümünde sizin için uygun olan yuvarlakları karalayarak, GEÇEN AY İÇİNDE ne kadar şikayetiniz olduğunu belirteceksiniz.

Teşekkürler.

● = Hiç

● = Biraz

● = Çok

● = Çok fazla

|    |  | ●                     | ●                     | ●                     | ●                     |
|----|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
|    |  | Hiç                   | Biraz                 | Çok                   | Çok fazla             |
| 1  | İstememesinde olayları çok düşünüyorum (mesela bazı görüntüler gözümün önüne geliyor).                                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2  | Olay hakkında kötü rüyalar ve kabuslar görüyorum.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3  | Olayların yeniden tekrar ettiği hissine kapılıyorum.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4  | Olayları düşündüğüm zaman korkuyorum veya üzülüyorum (kendimi kaybediyorum).   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5  | Bir takım şeyleri, olaylar sırasında yaptığım gibi aynı şekilde yaptığımı sanıyorum.                                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 6  | Olayları düşündüğüm zaman bende bazı duygular (başağrısı, karın ağrısı, kalp atışları gibi) uyanıyor.                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 7  | Olaylar hakkında düşünmeye ve konuşmaya gayret etmiyorum .   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 8  | Olaylar hakkındaki duygularımı saklamaya çalışıyorum.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 9  | Olayları hatırlatan insanlardan veya mekanlardan uzaklaşmaya çalışıyorum.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 10 | Olaylar hakkındaki önemli şeyleri unuttum.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 11 | Kendimi yalnız hissediyorum.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 12 | Çevremdeki insanlarla ilişkilerim olduğunu hissetmiyorum.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 13 | Duygularımı ifade etmekten çekiniyorum.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 14 | Spor yapmaya, arkadaşlara ve okul gibi şeylere ilgi duymuyorum.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 15 | Geleceğim hakkında olumlu düşünmüyorum (bir eş ya da iş bulamayacağım endişesi).   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 16 | Uyku problemim var.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 17 | Geceleyin sık sık uyanıyorum veya erken saatlerde kalkıyorum.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 18 | Dikkatimi toplayamıyorum ya da bir noktada toplamak zor oluyor (okul ve evde).   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 19 | Sürekli tetikteyim (Korktuğum şeylere karşı devamlı dikkat ediyorum).  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 20 | Eğer yüksek tonda sesler duysam veya beklenmedik bir şey olsa irkiliyorum.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 21 | Başkalarıyla (aile, arkadaş ve öğretmenlerle) sık sık kavga ediyorum.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 22 | Kızıp, patlıyorum (Bazen öyle kızıyorum ki, elime geçen şeyleri fırlatıyorum, yumrukluyorum, tekmiyorum ve bağırıyorum). | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |