

Auf dieser Liste sind Situationen, wie man sich verhalten und wie man sich fühlen kann, beschrieben. Bitte gebe an, wie oft Du Dich im letzten Monat so verhalten oder gefühlt hast.

● = *niemals*

● = *manchmal*

● = *oft*

● = *immer*

		●	●	●	●	
		niemals	manchmal	oft	immer	
1	Plötzlich Angst bekommen	Suddenly scared for no reason	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Unruhig sein, nicht stillsitzen können	Feeling restless, can't sit still	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Leicht böse werden	Becoming angry easily	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Alkohol trinken am Wochenende	Drinking alcohol when I go out in the weekend	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Angst haben	Feeling fearful	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Sich selbst die Schuld geben	Blaming myself for things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Andere Menschen ärgern oder betrügen	Bullying or threatening others	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Zigaretten rauchen	Smoking cigarettes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Schwindlich sein und/oder sich schlecht fühlen	Faintness, dizziness or weakness	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Schnell weinen	Crying easily	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Dinge, die anderen gehören, kaputt machen	Destroying or breaking things that belong to others	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Nervös sein oder zittern	Nervousness or shakiness inside	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Sex unwichtig finden	Loss of sexual interest	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Schlägereien heraufbeschwören	Starting fights	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Sich schlaff fühlen	Feeling low in energy, slowed down	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Herzklopfen haben	Heart pounding or racing	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Keinen Appetit haben	Poor appetite	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Jemanden absichtlich weh tun	Intentionally hurting someone	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Zittern	Trembling	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Nicht einschlafen können oder immer wieder aufwachen	Difficulty falling asleep, staying asleep	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Streit suchen	Arguing often	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Sich angespannt fühlen	Feeling tense or keyed up	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Für die Zukunft schwarz sehen	Feeling hopeless about the future	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	Zu nichts Lust zu haben	Feeling no interest in things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	Während der Woche Alkohol trinken	Drinking alcohol during the week	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	Kopfschmerzen haben	Headaches	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27	Traurig sein	Feeling blue	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28	Schlaftabletten oder Beruhigungsmittel einnehmen	Using sleeping pills or sedatives	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29	Angst- oder Panikanfälle	Spells of terror or panic	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30	Einsam sein	Feeling lonely	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31	Nicht mehr leben wollen	Thoughts of ending my life	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32	Wie in einem Netz gefangen sitzen	Feeling of being trapped or caught	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33	Zuviel über Dinge nachdenken	Worrying too much about things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34	Sachen stehlen	Stealing things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35	Alles schwer finden	Feeling everything is an effort	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36	Sich selbst wertlos finden	Feelings of worthlessness	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37	Drogen nehmen (Haschisch, XTC, Speed, Coke, LSD)	Using drugs (hash, XTC, speed, coke, LSD)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Auf dieser Liste stehen Dinge wie sie im Leben vorkommen können.
 Wenn Du eines oder mehrere dieser Dinge persönlich erlebt hast, dann mache bitte den Kreis unter „Ja“ schwarz (hast Du eines oder mehrere dieser Dinge nicht persönlich erlebt, dann mache bitte den Kreis unter „Nein“ schwarz.).
 Unter Bemerkungen kannst Du Dinge aufschreiben, die Du außerdem erwähnen möchtest.

			Yes	No
	Tiefeingreifende (wichtige) Ereignisse in der Familie oder im Verwandten- und Bekanntenkreis	Stressful life events concerning the family		
1	Hat sich die Lage innerhalb Deiner Familie im letzten Jahr stark verändert?	Have there been drastic changes in your family during the last year?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Bist Du jemals gegen Deinen Willen von Deiner Familie oder Verwandten getrennt worden (zum Beispiel durch die Polizei, Soldaten oder Unbekannte)?	Have you ever been separated from your family against your will? (By a stranger, police officer, soldier, fleeing your homeland)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Ist jemand, den Du sehr geliebt hast, gestorben?	Has someone died in your life that you really cared about?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Erfahrungen mit Krankheit, Unfällen und Naturkatastrophen	Experiences with illness, accidents and disasters		
4	Bist du lebensgefährlich krank gewesen?	Have you had a life threatening medical problem?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Warst Du an einem schweren Unglück (zum Beispiel einem Autounfall) beteiligt?	Have you been involved in a serious accident? (for example involving a car)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Hast Du eine Naturkatastrophe miterlebt (zum Beispiel Überschwemmung, Orkan, Brand oder Erdbeben)?	Have you ever been involved in a disaster? (For example: flood, hurricane, fire, tornado, avalanche, earthquake, hostage situation, chemical disaster?)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Krieg	War		
7	Hast du einen Krieg oder bewaffneten Konflikt in Deinem Heimatland miterlebt?	Have you ever experienced a war or an armed military conflict going on around you in your country of birth?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Körperliche und Sexuelle Misshandlung	Physical and sexual mistreatment		
8	Bist Du jemals hart geschlagen, beschossen, getreten oder auf eine andere Weise gepeinigt worden?	Has someone ever hit, kicked, shot at or some other way tried to physically hurt you?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Hast Du jemals gesehen, wie eine andere Person gepeinigt wurde (nicht im Fernsehen oder Kino)?	Did you ever see it happen to someone else in real life? (Not just on television or in a film)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Hat jemand jemals Deine Geschlechtsteile gegen Deinen Willen angefasst oder Dich gezwungen Sex mit jemandem zu haben?	Has someone ever tried to touch your private sexual parts against your will or forced you to have sex?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Sonstiges	Other		
11	Hast Du jemals andere Dinge erlebt, die Du als gefährlich empfunden hast?	Did you experience any other very stressful life events where you thought that you were in great danger?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Hast Du jemals Sachen erlebt, wobei Du dachtest, dass diese für andere Personen gefährlich sein könnten?	Did you experience any other very stressful life event where you thought that someone else was in great danger?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	(Nicht erwähnte Ereignisse, die ich als sehr unangenehm empfunden habe):			

(Bemerkungen) Comments :