

Hieronder staan voorbeelden van gedrag en gevoelens. Geef aan hoe vaak je vandaag of de afgelopen maand deze gevoelens hebt gehad of je op deze manieren gedragen hebt. Maak het rondje zwart wat hierbij past.

● = **nooit** ● = **soms** ● = **vaak** ● = **altijd**

	●	●	●	●
	nooit	soms	vaak	altijd
1 Zomaar bang worden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Rusteloos voelen, niet stil kan zitten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Snel boos worden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Alcohol drinken als ik uitga in het weekend	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Angstig zijn	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Mezelf de schuld geven voor dingen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Anderen pesten of bedriegen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Sigaretten roken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Duizeligheid of zwakte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Snel gaan huilen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11 Dingen van anderen vernielen of stuk maken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12 Zenuwachtig of van binnen trillen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13 Verlies van seksuele interesse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14 Beginnen van vechtpartijen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15 Weinig energie hebben	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16 Hartkloppingen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17 Weinig zin hebben om te eten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18 Iemand opzettelijk pijn doen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19 Trillen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20 Problemen om in slaap te vallen, of vaak wakker worden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21 Vaak ruzie maken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22 Gespannen voelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23 Hopeloos voelen over de toekomst	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24 Geen interesse in dingen hebben	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25 Alcohol drinken door de week	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26 Hoofdpijn	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27 Verdrietig voelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28 Slaapmiddelen of kalmeermiddelen gebruiken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29 Aanvallen van angst of paniek	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30 Eenzaam voelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31 Gedachten over een eind aan mijn leven te maken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32 Verstrikt of gevangen voelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33 Te veel over dingen piekeren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34 Dingen stelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35 Het gevoel hebben dat alles zo moeilijk is	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36 Gevoelens dat ik niks waard ben	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37 Drugs gebruiken (hasj, XTC, speed, coke, LSD)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Instructie Hieronder staat een lijst van gebeurtenissen die een persoon tijdens zijn/haar leven kunnen overkomen.

Als je zo'n gebeurtenis hebt meegemaakt maak dan het rondje in de kolom onder JA zwart (als je die gebeurtenis niet hebt meegemaakt maak dan het rondje onder NEE zwart).

Opmerkingen kan je opschrijven aan het einde van de lijst bij 'verder commentaar'.

		JA	NEE
	Ingrijpende (belangrijke) gebeurtenissen in het gezin of in de familie- en kennissenkring		
1	Waren er in jouw gezinssituatie <i>het afgelopen jaar</i> ingrijpende veranderingen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Ben je ooit tegen jouw wil door een vreemde (bijvoorbeeld politie, soldaten of onbekenden) gescheiden van jouw gezin of familie?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Is er iemand overleden waar je veel van hield?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Ervaringen met ziekte, ongelukken en natuurgeweld		
4	Ben je levensbedreigend ziek geweest?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Ben je betrokken geweest bij een erg ongeluk (bijvoorbeeld met een auto)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Heb je ooit een ramp meegemaakt (bijvoorbeeld een overstroming, orkaan, brand, aardbeving)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Oorlog		
7	Heb je ooit een oorlog of een gewapend conflict meegemaakt in je geboorteland?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Lichamelijke en seksuele mishandeling		
8	Heeft iemand jou ooit heel hard geslagen, geschopt, beschoten of op een andere manier erg pijn gedaan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Heb je dit bij iemand anders zien gebeuren (dus in het 'echt', niet op de televisie of in een film)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Heeft iemand tegen je wil jouw geslachtsdelen aangeraakt, of ben je ooit gedwongen om seks met iemand te hebben?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Overig		
11	Heb je ooit een andere gebeurtenis meegemaakt waarbij je dacht dat jij gevaar liep?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Heb je ooit een andere gebeurtenis meegemaakt waarbij je dacht dat iemand anders gevaar liep?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

13. Staat niet genoemd, maar vond ik wel heel naar om mee te maken :

.....

.....

Verder commentaar :.....

.....

.....