

Aquí abajo encontrarás ejemplos de conducta y emociones. Indica cuántas veces en el día de hoy o **durante este último mes** has experimentado estas emociones o si te has comportado de esta manera. Rellena con color negro el casillero que corresponda.

● = *nunca*● = *a veces*● = *seguido*● = *siempre*

			●	●	●	●
			nunca	a veces	seguido	siempre
1	Te asustas así porque sí	Suddenly scared for no reason	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Te sientes intranquilo, no te puedes quedar quieto(a)	Feeling restless, can't sit still	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Te enfadas rápidamente	Becoming angry easily	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Tomas alcohol cuando sales el fin de semana	Drinking alcohol when I go out in the weekend	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Te sientes angustiado/ a	Feeling fearful	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Te culpas por lo que te ocurre	Blaming myself for things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Molestas o amenazas a otros	Bullying or threatening others	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Fumas cigarrillos	Smoking cigarettes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Te mareas o te sientes débil	Faintness, dizziness or weakness	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Te pones a llorar con facilidad	Crying easily	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Rompes o destrozas cosas de otros	Destroying or breaking things that belong to others	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Tienes nervios o tiembles por dentro	Nervousness or shakiness inside	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	No tienes interés sexual	Loss of sexual interest	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Empiezas con peleas	Starting fights	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Tienes poca energía	Feeling low in energy, slowed down	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Sufres de palpitaciones	Heart pounding or racing	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Tienes pocas ganas de comer	Poor appetite	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Haces dolor a otro intencionalmente	Intentionally hurting someone	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Tiembles	Trembling	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Tienes problemas para dormirte o te despiertas mucho	Difficulty falling asleep, staying asleep	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Te peleas a menudo	Arguing often	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Te sientes tensionado (a)	Feeling tense or keyed up	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Te desesperas por el futuro	Feeling hopeless about the future	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	No tienes interés en cosas	Feeling no interest in things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	Tomas alcohol durante la semana	Drinking alcohol during the week	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	Tienes dolor de cabeza	Headaches	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27	Te sientes triste	Feeling blue	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28	Tomas pastillas para dormir o calmantes	Using sleeping pills or sedatives	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29	Sufres ataques de miedo o pánico	Spells of terror or panic	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30	Te sientes solo(a)	Feeling lonely	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31	Piensas en quitarme la vida	Thoughts of ending my life	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32	Te sientes ahogado(a) o encerrado	Feeling of being trapped or caught	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33	Piensas demasiado en las cosas	Worrying too much about things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34	Robas objetos	Stealing things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35	Tienes el sentimiento de que todo es muy difícil	Feeling everything is an effort	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36	Tienes sentimientos de que no vales nada	Feelings of worthlessness	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37	Usas drogas (hasjies, XTC, anfetaminas, coca, LSD)	Using drugs (hash, XTC, speed, coke, LSD)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Lista de acontecimientos drásticos**

Aquí abajo hay una lista de acontecimientos que le pueden haber ocurrido a una persona durante su vida. Si has vivido un acontecimiento como el que se indica en la lista debes rellenar el redondel con negro en la columna correspondiente a "SI". (Si no te ha pasado debes rellenar el redondel de negro en la columna con NO). Al final de la lista, en "comentario adicional" puedes escribir tus comentarios. Gracias.

			SI/JA	NO/NEE
	<b>Cambios radicales en tu situación familiar</b>	<b>Stressful life events concerning the family</b>		
1	¿Han habido cambios radicales en tu situación familiar durante el último año?.	Have there been drastic changes in your family during the last year?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Sin tu consentimiento, ¿un extraño te ha separado de tu familia? (por ejemplo la policía, soldados o desconocidos)	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	¿Ha muerto alguien a quién querías mucho?	Has someone died in your life that you really cared about?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Accidente/enfermedad/ Desastre</b>	<b>Experiences with illness, accidents and disasters</b>		
4	¿Has estado enfermo/a con peligro de muerte?	Have you had a life threatening medical problem?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	¿Has estado involucrado/a en un accidente grave (por ejemplo con un coche)?	Have you been involved in a serious accident? (for example involving a car)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	¿Has estado alguna vez involucrado en un desastre (por ejemplo inundaciones, huracán, incendio, tornado, avalancha, terremoto, secuestro, explosión de una fábrica química o reactor atómico)?	Have you ever been involved in a disaster? (For example: flood, hurricane, fire, tornado, avalanche, earthquake, hostage situation, chemical disaster?)		
7	<b>Guerra o represión política</b>	<b>War</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	¿Has padecido alguna vez una guerra u otro conflicto armado en tu país natal?	Have you ever experienced a war or an armed military conflict going on around you in your country of birth?		
8	<b>Mal tratos</b>	<b>Physical and sexual mistreatment</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	¿Alguien te ha pegado alguna vez muy fuerte, te ha dado patadas, disparado o hecho daño de otra forma?	Has someone ever hit, kicked, shot at or some other way tried to physically hurt you?		
10	¿Has visto que esto "de verdad" (no en la televisión o en una película) se lo hicieran a otra persona?	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"/>
	¿Te ha tocado alguien sin tu consentimiento los órganos sexuales o te han obligado alguna vez a actos sexuales con alguien?	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"/>
11	<b>Otros (casos)</b>	<b>Other</b>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	¿Has vivido alguna vez algún otro acontecimiento drástico en el cual pensaste que corrías mucho peligro?	Did you experience any other very stressful life events where you thought that you were in great danger?		
7	¿Has vivido alguna vez algún otro acontecimiento drástico en el cual pensaste que otra persona corría mucho peligro?	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	<b>No se ha nombrado pero me ha pasado una experiencia muy desagradable/ Staat niet genoemd, maar vond ik wel heel naar om mee te maken:</b> .....			

Verder commentaar/ Comentario adicional: