

در این برگ نمونه‌هایی از رفتار و احساس آمده است. آیا امروز یا در طی هفته گذشته چنین احساسی و یا چنین رفتاری داشته‌اید؟ از جوابهای داده شده یکی را انتخاب کنید.

● همیشه = همیشه ● اغلب = اغلب ● گاهی = گاهی ● هیچوقت = هیچوقت

		●	●	●	●
1	Zomaar bang worden	بدون دلیل میترسید.	0	0	0
2	Rusteloos voelen, niet stil kan zitten	احساس تشویش و ناآرامی دارید.	0	0	0
3	Snel boos worden	زود عصبانی می‌شوید.	0	0	0
4	Alcohol drinken als ik uitga in het weekend	آخر هفته وقتی بیرون می‌روید مشروبات الکلی مینوشید.	0	0	0
5	Angstig zijn	احساس ترس می‌کنید.	0	0	0
6	Mezelf de schuld geven voor dingen	خود را بخاطر چیزهای مختلف سرزنش می‌کنید.	0	0	0
7	Anderen pesten of bedriegen	مردم آزاری کرده یا کلک می‌زنید.	0	0	0
8	Sigaretten roken	سیگار می‌کشید.	0	0	0
9	Duizeligheid of zwakte	سرگیجه یا ضعف دارید.	0	0	0
10	Snel gaan huilen	زود گریه می‌کنید.	0	0	0
11	Dingen van anderen vernielen of stuk maken	وسایل دیگران را خراب می‌کنید و یا از بین می‌برید.	0	0	0
12	Zenuwachtig of van binnen trillen	عصبی هستید یا لرزش دورنی دارید.	0	0	0
13	Verlies van seksuele interesse	احساسات جنسی خود را از دست داده‌اید.	0	0	0
14	Beginnen van vechtpartijen	شروع به دعوا (کتک کاری) کردن می‌کنید.	0	0	0
15	Weinig energie hebben	قدرت و نیرو ندارید.	0	0	0
16	Hartkloppingen	تپش قلب دارید.	0	0	0
17	Weinig zin hebben om te eten	بی‌اشتها هستید.	0	0	0
18	Iemand opzettelijk pijn doen	کسی را عمدتاً آزار می‌دهید.	0	0	0
19	Trillen	لرزش دارید.	0	0	0
20	Problemen om in slaap te vallen, of vaak wakker worden	مشکل خواب می‌روید یا اغلب از خواب می‌بیدید.	0	0	0
21	Vaak ruzie maken	اغلب دعوا می‌کنید.	0	0	0
22	Gespannen voelen	عصبی هستید.	0	0	0
23	Hopeloos voelen over de toekomst	نسبت به آینده بی‌امید هستید.	0	0	0
24	Geen interesse in dingen hebben	به هیچ چیز علاقه ندارید.	0	0	0
25	Alcohol drinken door de week	در طول هفته مشروبات الکلی مینوشید.	0	0	0
26	Hoofdpijn	سر درد دارید.	0	0	0
27	Verdrietig voelen	غمگین هستید.	0	0	0
28	Slaapmiddelen of kalmeermiddelen gebruiken	قرص خواب یا آرامبخش می‌خورید.	0	0	0
29	Aanvallen van angst of paniek	ناگهان احساس ترس یا وحشت بی‌دلیل دارید.	0	0	0
30	Eenzaam voelen	احساس تنهایی می‌کنید.	0	0	0
31	Gedachten over een eind aan mijn leven te maken	به خودکشی کردن فکر می‌کنید.	0	0	0
32	Verstrikt of gevangen voelen	احساس زندانی بودن یا حالت خفه شدن دارید.	0	0	0
33	Te veel over dingen piekeren	فکر و خیال بسیار دارید.	0	0	0
34	Dingen stelen	دزدی می‌کنید.	0	0	0
35	Het gevoel hebben dat alles zo moeilijk is	حس می‌کنید که همه چیز دشوار است.	0	0	0
36	Gevoelens dat ik niks waard ben	احساس بی‌ارزش بودن می‌کنید.	0	0	0
37	Drugs gebruiken (hasj, XTC, speed, coke, LSD)	مواد مخدر (حشیش، اکس‌تی‌سی، اسپید، کوکائین، اسید) استفاده می‌کنید.	0	0	0

