

A veces las personas jóvenes padecen determinados síntomas a consecuencia de haber pasado por un acontecimiento dramático. Las frases siguientes se refieren a este tipo de síntomas. Deberás indicar en cada frase (queja) si tú no la tienes, la tienes un poco, mucho o muchísimo. Rellenando de negro el redondel correspondiente, puedes indicar cuánta molestia has tenido de la queja DURANTE LAS ÚLTIMAS CUATRO SEMANAS. Gracias!

● = no ● = poco ● = mucho ● = muchísimo

			●	●	●	●
			no	poco	mucho	muchísimo
1	Pienso a menudo en el/los acontecimiento/s también sin querer (Por ejemplo; imágenes de los acontecimientos me vienen de repente).	I think often of the event(s) even if I do not want to. (for example; pictures of the event(s) pop into your head)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Tengo sueños angustiosos o pesadillas del/los acontecimiento/s.	I have bad dreams or nightmares about the event(s)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Tengo la sensación como si el/los acontecimiento/s ocurrieran cada vez de nuevo	I have the feeling that the event(s) is happening all over again.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Tengo miedo o tristeza (me trastorno) si pienso en el/los acontecimiento/s.	I feel afraid or sad (upset) if I think about the event(s).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Creo que actúo de la misma forma que cuando ocurrieron el/los acontecimiento/s.	I find myself sometimes acting as I did at the time of the event(s).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Si pienso en el/los acontecimiento/s, me siento mal (dolor de cabeza, dolor de vientre, palpitaciones).	When I think about the event(s), I have strong feelings in my body (headaches, stomachaches, heart beating fast).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Trato de no pensar en, o de no hablar de el/los acontecimiento/s .	I try to not to think or to talk about the event(s).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Trato de esconder mis sentimientos sobre el/los acontecimiento/s.	I try to push away my feelings about the event(s).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Trato de no estar con personas o en lugares que me recuerdan el/los acontecimiento/s.	I try to stay away from people, places, or things that remind me of the event(s).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	He olvidado cosas importantes del/los acontecimientos.	I have forgotten important things about the event(s).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Me siento solo/ sola.	I feel all alone.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Siento que no tengo contacto con las personas que tengo a mi alrededor	I do not feel close to the people around me.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Tengo dificultad para expresar mis sentimientos.	I have trouble expressing my feelings.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	No tengo interés en cosas como el deporte, mis amigos, el colegio.	I am not interested in things like sports, friends, school, and family.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Soy negativo con respecto a mi futuro (Por ejemplo: no encontrar una pareja, no obtener un buen trabajo).	I do not think positively about my future. (that I will find a partner, get a good job)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Me cuesta dormirme.	I have trouble falling asleep.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Me despierto mucho por las noches o me despierto muy temprano.	I have trouble staying asleep or I wake up too early.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Tengo dificultad para prestar atención, o para concentrarme en algo (en el colegio, en casa).	I have trouble concentrating or paying attention. (At school or at home).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Estoy atento/ a (tengo cuidado de las cosas que me asustan o estoy alerta).	I am alert (always watching out or on guard for things that I am afraid of).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Me asusto (por ejemplo si oigo un ruido fuerte o cuando ocurre algo inesperado).	I startle easily when I hear a loud sound or when something surprises me.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Discuto a menudo con otros (por ejemplo con familia, amigos, profesores).	I often have arguments with others (family, friends, and teachers).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Tengo arranques de ira (a veces me enfado tanto que tiro cosas, pego, doy patadas o grito).	I have angry outbursts. (So angry that I throw things, hit, kick, or scream.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>