

В приведённых ниже предложениях укажи, как часто ими можно описать твоё состояние в течение сегодняшнего дня или за прошедший месяц. Обведи свои ответы в вопроснике.

● = почти никогда ● = иногда ● = часто ● = почти всегда

		●	●	●	●	
		почти никогда	иногда	часто	почти всегда	
1	Мне беспричинно становится страшно	Suddenly scared for no reason	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Я чувствую себя беспокойно, не могу сидеть без дела	Feeling restless, can't sit still	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Я быстро сержусь	Becoming angry easily	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Я употребляю спиртные напитки, если я куда-нибудь хожу в выходные дни	Drinking alcohol when I go out in the weekend	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	У меня чувство боязливости	Feeling fearful	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Я обвиняю сам себя за события	Blaming myself for things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Дразню или обманываю других людей	Bullying or threatening others	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Я курю	Smoking cigarettes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	У меня головокружение или слабость	Faintness, dizziness or weakness	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Я могу быстро расплакаться	Crying easily	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Я могу разрушить или сломать вещи других людей	Destroying or breaking things that belong to others	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Я нервничаю или у меня внутренняя дрожь	Nervousness or shakiness inside	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	У меня пропал интерес к сексу	Loss of sexual interest	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Я выступаю зачинщиком драки	Starting fights	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	У меня недостаток энергии	Feeling low in energy, slowed down	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	У меня учащённое сердцебиение	Heart pounding or racing	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Мне не хочется есть	Poor appetite	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Я умышленно причиняю боль другому человеку	Intentionally hurting someone	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Я испытываю дрожь	Trembling	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Мне трудно уснуть или я часто просыпаюсь	Difficulty falling asleep, staying asleep	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Я часто устраиваю ссоры	Arguing often	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Я ощущаю состояние напряжения	Feeling tense or keyed up	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Я смотрю в будущее с чувством безнадёжности	Feeling hopeless about the future	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	У меня апатия	Feeling no interest in things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	Я употребляю спиртные напитки в течение недели	Drinking alcohol during the week	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	У меня головная боль	Headaches	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27	Я грустен	Feeling blue	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28	Я употребляю снотворные или успокоительные средства	Using sleeping pills or sedatives	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29	У меня бывают приступы страха или паники	Spells of terror or panic	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30	Я чувствую себя одиноким	Feeling lonely	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31	У меня бывают мысли покончить с собой	Thoughts of ending my life	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32	Я чувствую себя запутанным или пойманным	Feeling of being trapped or caught	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33	Я слишком много думаю о событиях	Worrying too much about things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34	Я занимаюсь воровством	Stealing things	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35	У меня ощущение, что всё так сложно	Feeling everything is an effort	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36	Я чувствую, что я ничего не стою	Feelings of worthlessness	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37	Я употребляю наркотики (гашиш, экстази, СПИД, кокаин, ЛСД)	Using drugs (hash, XTC, speed, coke, LSD)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

СПИСОК ПОТЯСАЩИХ ВАС СОБЫТИЙ

Ниже следует перечень событий, которые могут произойти в жизни с каждым из нас. Отметьте кружок там, где перечисленный факт происходил и с Вами. Если Вы хотите что-то пояснить, то можете сделать это в самом конце под заголовком "А ещё хочу добавить..."

		Yes/Да	No/Нет
	Радикальные (важные) события в семье	Stressful life events concerning the family	
1	Произошли ли в твоей семье в прошлом году радикальные изменения?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Разлучали ли тебя когда-нибудь против твоей воли с твоей семьёй или твоими родственниками чужие люди (например, полиция, солдаты или незнакомые лица)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Умер ли у тебя человек, которого ты очень любил?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Болезнь/ несчастные случаи / разрушительные силы природы	Experiences with illness, accidents and disasters	
4	Болел ли ты угрожающей твоей жизни болезнью?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Был ли ты участником серьёзного несчастного случая (например, автомобильной аварии)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Переживал ли ты когда-нибудь стихийные бедствия или катастрофы (например, наводнение, ураган, пожар, торнадо, сход лавины, землетрясение, взрыв химического завода или атомного реактора), или был ли ты когда-нибудь заложником?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Война	War	
7	Переживал ли ты когда-нибудь на своей родине войну или вооружённый конфликт?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Телесное / сексуальное насилие	Physical and sexual mistreatment	
8	Кто-нибудь когда-либо тебя очень сильно избивал, пинал, стрелял в тебя или причинял тебе сильную боль другим образом?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Видел ли ты, как это происходило с кем-то другим (то есть по-настоящему, а не по телевизору или в кино)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Трогал ли кто-нибудь против твоей воли твои половые органы или заставляли ли тебя заниматься с кем-нибудь сексом?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Прочее	Other	
11	Пережил ли ты когда-нибудь другое событие, когда ты думал, что ты в опасности?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Пережил ли ты когда-нибудь другое событие, когда ты думал, что кто-то другой в опасности?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Не было названо, но мне было неприятно пережить это / Not listed above but you found the event very frightening :		

А ещё хочу добавить / comments :