لقد شعرت بسعادة معتدلة:
- في كل الأوقات
- في معظم الأوقات
- كلاً، ليس أغلب الأحيان
- أبداً

هذا يعني: لقد شعرت بسعادة معتدلة معظم الوقت خلال الأسبوع الماضي. لنر기가 أن تكون الأسئلة الأخرى بنفس الطريقة.

كما أنك على وشك إجابة طفلي، فدود أن تعرف مشاعرك. نرجو أن تضعي خطًا تحت أسباب جواب بعض عن مشاعرك في الأيام السبعة الماضية، وليس مشاعرك اليوم فحسب. والبيان التالي:

لقد شعرت بأنني مصدوم:
- في كل الأوقات
- في معظم الأوقات
- كلاً، ليس أغلب الأحيان
- أبداً

هذا يعني: لقد شعرت بأنني مصدوم معظم الوقت خلال الأسبوع الماضي. نرجو أن تكون الأسئلة الأخرى بنفس الطريقة.

قبل أن تبدأ، اتفقنا أن ن Thưي أسئلة سهلة لتبدأ استخدام القارئات والجرافات. اقرأ، ثم تسجيل الرد، ثم قم بتسجيل الرد في الجراف الأيسر. إذا كنت تشعر بالصدمة، تفضل أن تكتب "نعم"، وانطلاقاً من "لا".

للأسئلة المضطربة:

1. لقد شعرت بأنني مصدوم:
- في كل الأوقات
- في معظم الأوقات
- كلاً، ليس أغلب الأحيان
- أبداً

2. لقد تطلعت إلى الأمور بثقة:
- بالمرأة التي استطعت دائمًا
- ليس تماماً بالمرأة نفسه الآن
- فقط، ليس بالمرأة نفسه الآن
- كلاً، ملتقاً

3. لقد كنت مرضي بفعل زوجة عندما سارت الأمور على غير ما يرام:
- بالمرأة في معظم الأحيان
- في بعض الأحيان
- ليس أغلب الأحيان
- أبداً

4. لقد كنت قلقًا ومشغولًا بالبلد بدون سبب وحيد:
- كلاً، ملتقاً
- نادرًا
- في بعض الأحيان
- أغلب الأحيان

يرجى قلب الصفحة للإجابة على بقية الأسئلة.)
I have been able to laugh and see the funny side of things:
Not at all
- Not much
- Definitely not so much now
- As much as I always could
- As much as I ever did

I have looked forward with enjoyment to things:
Not at all
- Not much
- As much as I ever did
- As much as I always could

I have blamed myself unnecessarily when things went wrong:
No, never
- No, not at all
- Not very often
- Very often
- Some of the time
- Most of the time

I have been worried and anxious for no good reason:
Hardly ever
- Sometimes
- Quite often
- Most of the time

I have felt scared or panicly for no very good reason:
Never
- Not at all
- Quite a lot
- Sometimes
- Very often

Things have been getting on top of me:
Hardly ever
- Sometimes
- Quite often
- Most of the time

I have been so unhappy that I have had difficulty sleeping:
Never
- Not at all
- Sometimes
- Quite often
- Most of the time

I have felt sad or miserable:
Never
- Not at all
- Sometimes
- Quite often
- Most of the time

I have been so unhappy that I have been crying:
Never
- Not at all
- Sometimes
- Quite often
- Most of the time

The thought of harming myself has occurred to me:
Never
- Not at all
- Sometimes
- Quite often
- Most of the time

English version of questions