



Κωδικός Δομής

Κωδικός ασθενή

Κωδικός θεραπευτή

Ημερομηνία που δόθηκε το ερωτηματολόγιο

 Η Η Μ Μ Ε Ε Ε Ε

Ηλικία Άνδρας

Γυναίκα

Στάδιο που συμπληρώθηκε

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| 1 Επιλογή | Στάδιο
<input type="text"/> |
| 2 Παραπομπή | |
| 3 Αξιολόγηση | |
| 4 Πρώτη θεραπευτική συνεδρία | |
| 5 Πριν τη θεραπεία | |
| 6 Στη διάρκεια της θεραπείας | |
| 7 Τελευταία θεραπευτική συνεδρία | |
| 8 Επανελέγχος 1 | Επεισόδιο
<input type="text"/> |
| 9 Επανελέγχος 2 | |

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ - ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΩΤΑ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ

Αυτό το έντυπο περιέχει 34 προτάσεις σχετικά με το πώς ήσασταν κατά τη διάρκεια των τελευταίων 7 ημερών. Παρακαλώ διαβάστε την κάθε πρόταση και σκεφτείτε πόσο συχνά νιώσατε έτσι τις τελευταίες 7 ημέρες.

Έπειτα σημειώστε Χ στο τετραγωνάκι που ανταποκρίνεται καλύτερα σε αυτό.

Τις τελευταίες 7 ημέρες

	ΟΧΙ, καθόλου	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Τον περισσότερο καιρό ή συνέχεια	ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΕΙΝΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΙΔΙΚΟ
1 Ένωσα φοβερά μόνος/η και απομονωμένος/η	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Λ
2 Είχα ένταση, άγχος ή ανησυχία	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
3 Ένωσα ότι έχω κάποιον να με στηρίξει αν το χρειαστώ	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> Λ
4 Ένωσα καλά με τον εαυτό μου	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> Ε
5 Μου έλειπε ενέργεια και ζωντάνια	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
6 Ήμουν βίαιος/η προς άλλους	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Ρ
7 Ένωσα ότι μπορώ να τα βγάλω πέρα όταν τα πράγματα δεν πάνε καλά	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> Λ
8 Ταλαιπωρήθηκα από ενοχλήσεις, πόνους ή άλλα σωματικά προβλήματα	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
9 Σκέφτηκα να κάνω κακό στον εαυτό μου	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Ρ
10 Χρειάστηκε πολύ μεγάλη προσπάθεια για να μιλήσω σε άλλους	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Λ
11 Η ένταση και το άγχος με εμπόδισαν να κάνω σημαντικά πράγματα	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
12 Ήμουν ευχαριστημένος/η με τα πράγματα που έκανα	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> Λ
13 Αναστατώθηκα από ανεπιθύμητες σκέψεις και συναισθήματα	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
14 Μου ερχόταν να κλαίω	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Ε

Παρακαλώ γυρίστε σελίδα

Τις τελευταίες 7 ημέρες

	Όχι, καθόλου	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Τον περισσότερο καιρό ή συνέχεια	ΣΥΜΠΛΗΡΩΝΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΙΔΙΚΟ
15 Ένωσα πανικό ή τρόμο	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
16 Έκανα σχέδια να βάλω τέλος στη ζωή μου	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Ρ
17 Ένωσα να με πνίγουν τα προβλήματά μου	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Ε
18 Είχα δυσκολία να με πάρει ο ύπνος ή να χορτάσω τον ύπνο μου	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
19 Ένωσα ζεστασιά ή τρυφερότητα για κάποιον	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> Λ
20 Ήταν αδύνατο να βάλω τα προβλήματά μου κατά μέρος	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
21 Μπόρεσα να κάνω τα περισσότερα πράγματα που χρειαζόταν να γίνουν	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> Λ
22 Απειλήσα ή φόβισα κάποιον	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Ρ
23 Ένωσα απελπισία ή απόγνωση	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
24 Σκέφτηκα ότι θα ήταν καλύτερα να είχα πεθάνει	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Ρ
25 Ένωσα ότι οι άλλοι με κατακρίνουν	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Λ
26 Σκέφτηκα ότι δεν έχω φίλους	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Λ
27 Ένωσα δυστυχισμένος/η	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
28 Με αναστάτωσαν ανεπιθύμητες εικόνες ή αναμνήσεις	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
29 Ήμουν ευέξαπτος/η όταν βρισκόμουν με άλλους	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Λ
30 Σκέφτηκα ότι φταίω εγώ για τα προβλήματα και τις δυσκολίες μου	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Π
31 Αισθάνθηκα αισιόδοξος/η για το μέλλον μου	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> Ε
32 Πέτυχα τα πράγματα που ήθελα	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> Λ
33 Ένωσα ταπεινωμένος/η ή εξευτελισμένος/η από τους άλλους	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Λ
34 Τραυμάτισα το σώμα μου ή έβαλα σε κίνδυνο την υγεία μου	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> Ρ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΠΟΥ ΔΙΑΘΕΣΑΤΕ

Συνολική βαθμολογία

→ →

Μέση τιμή

(Η συνολική βαθμολογία για κάθε διάσταση διά του αριθμού των προτάσεων που συμπληρώθηκαν στη συγκεκριμένη διάσταση)

Ε Π Λ Ρ Όλες οι προτάσεις Όλες πλην Ρ