



CORE-SFB

PILDO TYRĖJAS

Klientas

Gydymo įstaiga:

Psichoterapeutas

Phase

Si 1. Sitzung

W Während der Therapie

L Letzte Therapiesitzung

Data

Sitzungsnummer
(erste Therapiesitzung = 001)

DĖMESIO! PIRMIAUSIA PERSKAITYKITE ŠIĄ INFORMACIJĄ.

Šioje anketoje rasite 18 teiginių apie tai, kaip jūs jautėtės per praėjusią savaitę. Perskaitykite kiekvieną teiginį ir prisiminkite, ar dažnai taip jautėtės per paskutines septynias dienas. Pažymėkite labiausiai tinkantį langelį.

Per paskutines septynias dienas...

	Nė karto	Labai retai	Kartais	Dažnai	Dažniausiai arba nuolat	PILDO TYRĖJAS
1 Jaučiausi baisiai vienišas	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	F
2 Buvo sunku užmigti ar išmiegoti neprabudus	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	P
3 Į savo ateitį žvelgiau optimistiškai	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	W
4 Visiškai neturėjau energijos ir noro ko nors imtis	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	P
5 Kūriau planus pasitraukti iš gyvenimo	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	R
6 Mane vargino skausmai ar kitokie fiziniai negalavimai	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	P
7 Buvau patenkintas tuo, ką dariau	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	F
8 Buvo per sunku kalbėtis su žmonėmis	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	F
9 Jaučiausi gana patenkintas savimi	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	W
10 Įtampa ir nerimas trukdė daryti tai kas svarbu	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	P
11 Mane trikdė nepageidaujamos mintys ir jausmai	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	P
12 Jaučiau, kad visiškai nebesusitvarkau su problemomis	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	W
13 Jaučiau, kad turiu į ką kreiptis, jei prireiktų	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	F
14 Man norėjosi verkti	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	W
15 Gąsdinau kitą žmogų arba jam grasinau	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	R
16 Sugebėjau padaryti beveik viską, ką reikėjo	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	F
17 Maniau, kad neturiu draugų	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	F
18 Maniau, kad esu pats kaltas dėl savo problemų ir sunkumų	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	P

DĖKOJAME, KAD SKYRĖTE LAIKO ANKETAI UŽPILDYTI

Balų sumos

+ + + = →

Balų vidurkiai

(Kiekvieno dydžio balų suma, padalinta iš pažymėtų to dyžio teiginių skaičiaus)

(W) (P) (F) (R) Visi Visi minus R