

Группа 1 Я и моя нынешняя ситуация (пожалуйста отвечайте абсолютно спонтанно)

			подходит	не подходит
1	В настоящее время я беспокоюсь о близком мне человеке	OR1		
2	В настоящее время у меня нет сил, я душевно и физически истощён	QO1		
3	Имеется что-то, что я себе не могу простить	PP1		
4	Я что-то пережил, что меня очень шокировало и я ещё не справился с этим	KS1		
5	В последние дни я реагирую более раздражённо и нетерпеливо, чем в обычном состоянии	VI1		
6	Я чувствую сильное желание от чего-то отступить	FW1		
7	Меня постоянно преследуют одни и те же мысли и образы, но я не могу их отключить	EW1		
8	Я боюсь запаниковать или сорваться	HC1		
9	В настоящее время у меня мало уверенности в себе и я чувствую себя ниже других	UL1		
10	В настоящее время у меня конкретные проблемы с указаниями и послушанием	HV1		
11	Мои внутренние опасения и проблемы я переигрываю, насколько это возможно весельем и беззаботностью	NA1		
12	На данный момент я чувствую, что я слишком впечатлителен и на самом деле мне необходимо быть сильнее	KC1		
13	Я полностью обескуражен и подавлен, потому что всё пошло иначе, чем я ожидал	BG1		
14	В настоящее время мне приходится себе отказывать в том, что я хочу	MR1		
15	Я вижу так много возможностей перед собой, что я ни на что не могу решиться; это неудовлетворительно	DW1		
16	Я нахожусь в ситуации, которая меня сильно пугает	NR1		
17	Я замечаю, что в важных ситуациях я слишком сильно отвлекаюсь на мелочи и раздражаюсь	BW1		
18	Я бессилён в определенных обстоятельствах	LB1		
19	В настоящее время глупость других людей меня очень раздражает	IC1		
20	Я сейчас неуверен, что моё личное мнение правильно. Я также не знаю, почему в последнее время определенные вещи неудачны	GC1		
21	В настоящее время я чувствую себя бойцом на потерянном посту, который несмотря на это продолжает сражаться	RO1		
22	Я чувствую себя меланхоличным и отделённым от нормальной жизни и ощущений, не зная причин для этого	SM1		
23	Есть признаки того, что я вступаю в новую фазу жизни	GW1		
24	В настоящее время у меня есть один или несколько конкретных страхов	TM1		
25	Мне не хватает духовной силы, чтобы с размахом справиться с моими повседневными обязанностями	WH1		
26	Мысленно я всё ещё зависю от определённого события из своего прошлого	XH1		
27	Я думаю, я перенапрягаюсь, потому что я едва могу расслабиться	IV1		
28	Мои чувства ранены и я изо всех сил пытаюсь справиться с этим	YH1		
29	Моё положение безвыходное, я не знаю как дальше	JS1		
30	Несмотря на то, что на самом деле всё в порядке, я чувствую себя полностью истощённым, неэнергичным и апатичным	CW1		
31	Так как я просто желал лучшего для всех, мне сейчас очень больно быть неправильно понятым	FC1		
32	Я буду мысленно разрываться между двух вариантов, но хочу найти решение в одиночку	LS1		
33	Я чувствую, что меня переполняют разнообразные обязанности и я не знаю, с чего начинать	CE1		
34	В последние дни я подсознательно беспокоюсь, паникую, не зная, почему	MA1		
35	Очевидно, что в настоящее время я так занят собой, что на проблемы других меня не хватает	ZH1		
36	Я довольно нерешителен и едва ли осмелюсь надеяться на изменение моей ситуации	AG1		
37	Я часто с моими мыслями в другом месте, но только не там, где должен быть	EC1		