

كل يوم تقريباً	أكثر من نصف الأيام	أيام متعددة	ولا يوم على الإطلاق	استعمل علامة ✓ لتدل على إجابتك في الخانة
3	2	1	0	1 الشعور بالعصبية أو القلق أو التوتر
3	2	1	0	2 عدم القدرة على التوقف عن القلق أو السيطرة عليه
3	2	1	0	3 القلق الشديد بشأن أمور عديدة
3	2	1	0	4 مشاكل في الاسترخاء
3	2	1	0	5 أن تكون مضطرباً لدرجة تجعلك غير قادر على الجلوس بهدوء
3	2	1	0	6 تَسْتَأْ أو تغضب بسرعة
3	2	1	0	7 تشعر بالخوف من حصول أمر رهيب

إذا أشرت بعلامة إلى أي من المشاكل، إلى أي درجة جعلت هذا المشاكل الأمور التالية صعبة بالنسبة لك:
القيام بعملك أو تدبير أمور المنزل أو الانسجام مع الآخرين؟

ليست صعبة على الإطلاق صعبة نوعاً ما صعبة جداً صعبة إلى أقصى حد