

## HVORDAN TENKER OG FØLER DU OM DEG SELV OG ANDRE?

Her er noen utsagn om hvordan du tenker og føler om deg selv og andre. Hvor sant er hvert utsagn for deg?

Sett bare ett kryss for hvert utsagn.

Aldri sant 1	Nesten aldri sant 2	Av og til sant 3	Ofte sant 4	Alltid sant 5
--------------------	------------------------------	------------------------	-------------------	---------------------

- |   |                          |                          |                          |                          |                          |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Jeg føler meg veldig ensom.....  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Jeg vil at visse personer skal få vite hvor mye de har såret meg.....  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Følelsene mine er veldig sterke – blir jeg f.eks. sint, blir jeg veldig, veldig sint, og blir jeg glad, blir jeg veldig, veldig glad ..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Jeg har følelsen av at det er noe viktig som mangler ved meg, men jeg vet ikke hva det er .....  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Jeg er uforsiktig med ting som er viktige for meg .....  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Jeg har blitt sviktet av noen som har stått meg nær .....  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Jeg svinger fram og tilbake mellom ulike følelser, som sinne, tristhet eller glede.....  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Jeg havner i trøbbel fordi jeg gjør ting uten å tenke.....   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. Jeg bekymrer meg for at de jeg bryr meg om vil forlate meg og ikke komme tilbake .   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. Hva jeg synes om meg selv forandrer seg mye.....  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. Vennene mine og jeg er ofte veldig slemme mot hverandre.....  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |