

KASAM-formulär

Det här frågeformuläret berör hur du upplever vanliga situationer som är *viktiga* för dig. För varje fråga finns det siffror. Din uppgift är ta ställning till vilken siffra som bäst motsvarar vad du känner. Rita en ring omkring den siffran.

Det är viktigt att du svarar som du *vanligtvis känner* och inte hur det är just nu.

Arbeta snabbt och fundera *inte länge* på någon fråga.

1. Har du en känsla av att du faktiskt inte bryr dig om vad som pågår runt omkring dig?

mycket sällan eller aldrig	1	2	3	4	5	6	7	mycket ofta
-------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	----------------

2. Har det hänt att du förvånats över beteendet hos personer som du trodde du kände?

har aldrig hänt	1	2	3	4	5	6	7	har hänt mycket ofta
--------------------	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------

3. Har det hänt att människor som du litade på har gjort dig besviken?

har aldrig hänt	1	2	3	4	5	6	7	har hänt mycket ofta
--------------------	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------

4. Tycker du att ditt liv fram till nu

helt har saknat mål och mening	1	2	3	4	5	6	7	haft klara mål och stor mening
-----------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	--------------------------------------

5. Har du en känsla av att du blir orättvist behandlad?

mycket ofta	1	2	3	4	5	6	7	mycket sällan eller aldrig
-------------	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------------

6. Har du känslan av att vara i en obekant situation utan att veta vad du skall göra?

mycket ofta	1	2	3	4	5	6	7	mycket sällan eller aldrig
-------------	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------------

7. Är dina dagliga sysslor

en källa till djup glädje och tillfredställelse	1	2	3	4	5	6	7	en plåga och en leda
---	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------

8. Har du mycket växlande och röriga känslor, tankar och idéer som hoppar från det ena till det andra?

mycket ofta	1	2	3	4	5	6	7	mycket sällan eller aldrig
-------------	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------------

9. Händer det att du har känslor som du helst inte vill kännas vid?

mycket ofta	1	2	3	4	5	6	7	mycket sällan eller aldrig
-------------	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------------

10. Många människor, även sådana med stark karaktär, känner sig ibland som sorgsna förlorare i speciella situationer. Hur ofta har du känt så?

aldrig	1	2	3	4	5	6	7	mycket ofta
--------	---	---	---	---	---	---	---	-------------

11. När någonting har hänt har du ofta funnit att du

över- eller undervärderar dess betydelse	1	2	3	4	5	6	7	att Du sett saker och ting i deras rätta proportioner
--	---	---	---	---	---	---	---	---

12. Hur ofta har du en känsla av att det är liten eller ingen mening med vad du gör i ditt dagliga liv?

mycket ofta	1	2	3	4	5	6	7	mycket sällan eller aldrig
-------------	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------------

13. Hur ofta känner du att du inte är säker på att du klarar av att behärska dig?

mycket ofta	1	2	3	4	5	6	7	mycket sällan eller aldrig
-------------	---	---	---	---	---	---	---	-------------------------------