

**Aurreko hilabetea**n, pentsamendu, sentsazio edo esperientzia hauek eduki ote dituzun adierazi egizu, mesedez. Horretarako, item (puntu) bakoitzean, markatu egizu “bai” edo “ez”. **Ez aipatu alkoholaren, drogen, edo preskribatuta ez zeneuzkan botiken, eraginpeko bizipenak.** Item bati “BAI” erantzuten badiozu, adierazi zenbaterainoko larritasuna eragin zizun esperientzia horrek.

**1. Inguru ezagunak arraroak, nahasiak, mehatxatzaileak edo irrealak al dira zuretzat, batzuetan?**

☐ **BAI** ☐ **EZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ ez nago konforme ☐ beste barik ☐ konforme nago ☐ guztiz konforme nago

**2. Entzun al duzu zure belarrietan kolpe, karraska, txistukatze, zaplada, zurrutada edo antzeko zarata arrarorik?**

☐ **BAI** ☐ **EZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**3. Gauzak normalean ikusten ez dituzun moduan ikusten al dituzu (argiago edo ilunago, handiago edo txikiago, edo beste eraren batean aldatuta)?**

☐ **BAI** ☐ **EZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**4. Esperientziarik izan al duzu telepatiarekin, indar psikikoekin edo iragarpenarekin?**

☐ **BAI** ☐ **EZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**5. Sentitu al duzu ez dituzula kontrolatzen zure ideiak edo pentsamenduak?**

☐ **BAI** ☐ **EZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**6. Zailtasunak al daukazu esan nahi duzuna esateko, hitz egitean adarretatik joaten zarela behin eta berriro?**

☐ **BAI** ☐ **EZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**7. Benetan sentitzen edo pentsatzen al duzu normala ez den dohainen bat edo talentuaren bat daukazula?**

☐ **BAI** ☐ **EZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**8. Ingurukoek begiratzen zaituztela edo zutaz hitz egiten dabiltzala sentitzen al duzu?**

☐ **BAI** ☐ **EZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**9. Batzuetan sentsazio arraroak al dituzu zure larruazalaren gainean edo justu azpian, esaterako, intsektuak ibiliko balira legez?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**10. Normalean entzuten ez dituzun urruneko zaratek, batzuetan, eta bat batean, arreta galarazten al dizute?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**11. Sentitu al duzu pertsonaren bat edo indarren bat zure inguruan dabilela, nahiz eta ezer/ inor ikusi ez?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**12. Batzuetan kezkatzen al zara zure buruan zer edo zer txarto egon daitekeela sentitzen duzulako?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**13. Inoiz sentitu al duzu ez zarela existitzen, mundua ez dela existitzen, edo hilda zaudela?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**14. Inoiz nahasmena sentitu duzu ez zenekielako bizitako zeozer benetakoa edo asmatutakoa zen?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**15. Beste pertsona batzuek normalak ez direla edo arraro aurkitzen dituzten sinesmenak al daukazu?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**16. Sentitzen al duzu zure gorputzeko atal batzuk aldatu egin direla, edo zure gorputzeko atal batzuek modu ezberdinean lan egiten dutela?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**17. Batzuetan zure pentsamenduak hain dira indartsuak entzun ere egin ditzakezula ia?**

☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:

☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**18. Beste pertsonenganako konfidantza daukazu ala susmagarriak dira zuretzat?**

- ☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:
- ☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**19. Flashak, garrak, itsutzen duten argiak, figura geometrikoak edo antzeko gauza arraroak ikusi al dituzu?**

- ☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:
- ☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**20. Beste pertsonak ikusi ezin dituzten edo ikusten ez dituztela ematen duten gauzak ikusteko kapaz al zara?**

- ☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:
- ☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago

**21. Esaten duzuan ulergaitza al da, batzuetan, inguruko pertsonentzat?**

- ☐ **BAI** ☐ **OEZ.** **Baiezkoa bada:** Hori gertatzen denean, beldurtuta sentitzen naiz, kezkatuta, edo arazoak eragiten dizkit:
- ☐ Ez nago batere konforme ☐ Ez nago konforme ☐ Obeste barik ☐ Okonforme nago ☐ Ogutziz konforme nago