

Borderline Symtomlista: Kortversion (BSL-23)

Kod: Datum:

När du fyller i frågeformuläret ber vi dig beakta följande instruktioner: I tabellen här nedan hittar du en uppräknig av problem och besvär, som möjligen beskriver ditt tillstånd. Gå igenom varje beskrivning och bestäm dig för hur starkt och utpräglat du har lidit av de nämnda tillstånden **under den senaste veckan**. Om du för närvarande inte märker några känslor, ber vi dig kryssa för påståendena så som du tycker att du känner dig. Fundera inte på vilket svar som skulle kunna göra "det bästa intrycket", utan svara så som det gäller för dig personligen. **Frågorna hänvisar till den senaste veckans hela förlopp. Vänligen besvara alla frågorna.**

Under den senaste veckan ...		inte alls	lite	ganska	starkt	mycket starkt
1	hade jag svårt att koncentrera mig	0	1	2	3	4
2	upplevde jag mig som hjälplös	0	1	2	3	4
3	var jag mentalt frånvarande och kom inte ihåg exakt vad jag gjorde	0	1	2	3	4
4	kände jag äckel	0	1	2	3	4
5	tänkte jag på att skada mig själv	0	1	2	3	4
6	litade jag inte på andra människor	0	1	2	3	4
7	trodde jag inte att jag hade någon rätt att leva	0	1	2	3	4
8	kände jag mig ensam	0	1	2	3	4
9	upplevde jag en mycket obehaglig inre spänning	0	1	2	3	4
10	dök inre bilder upp som jag var väldigt rädd för	0	1	2	3	4
11	hatade jag mig själv	0	1	2	3	4
12	ville jag straffa mig själv	0	1	2	3	4
13	skämdes jag	0	1	2	3	4
14	växlade mitt humör på kort tid mellan ångest, ilska och depression	0	1	2	3	4
15	led jag av röster och ljud i och/eller utanför mitt huvud	0	1	2	3	4
16	upplevde jag kritik som förödande	0	1	2	3	4
17	kände jag mig sårbar	0	1	2	3	4
18	hade tanken på döden en viss fascination för mig	0	1	2	3	4
19	verkade allting vara meningslöst	0	1	2	3	4
20	var jag rädd för att förlora kontrollen	0	1	2	3	4
21	kände jag avsky inför mig själv	0	1	2	3	4
22	kändes det som om jag vore långt borta från mig själv	0	1	2	3	4
23	kände jag mig värdelös	0	1	2	3	4

När du har besvarat ovanstående frågor, skulle vi dessutom vilja be dig bedöma din sinnesstämning under den senaste veckan på en skala från 0 till 100 %. Noll procent (0 %) betyder: Jag var längst nere på botten; 100 % betyder: Jag mådde utmärkt. Vänligen markera med kryss det procenttal som närmast återspeglar din subjektivt upplevda sinnesstämning under den senaste veckan.

0 %	10 %	20 %	30 %	40 %	50 %	60 %	70 %	80 %	90 %	100 %	
(mycket dåligt) ←											→ (utmärkt)

BSL-komplettering: punkter för registrering av beteende

Kod: Datum: Mätning:

Avslutningsvis skulle vi vilja ställa dig ytterligare några frågor om enskilda beteenden. Vänligen ange vid varje enskild fråga om – och vid jakande svar – **hur ofta under den senaste veckan** de enskilda beteendena har förekommit.

Under den senaste veckan ...		inte alls	1 gång	2 gång	dag- ligen	flera gång per dag
1	skadade jag mig själv genom att skära, bränna, strypa osv.	0	1	2	3	4
2	talade jag om för andra att jag skulle ta mitt liv	0	1	2	3	4
3	gjorde jag ett suicidförsök	0	1	2	3	4
4	hade jag anfall av hetsätning	0	1	2	3	4
5	framkallade jag kräkningar	0	1	2	3	4
6	visade jag högriskbeteende genom att jag körde bil för fort, sprang omkring på hustak osv.	0	1	2	3	4
7	var jag berusad	0	1	2	3	4
8	konsumerade jag droger	0	1	2	3	4
9	konsumerade jag läkemedel, som inte hade ordinerats eller i högre doser än de föreskrivna	0	1	2	3	4
10	hade jag okontrollerade ilskeutbrott eller blev våldsam mot andra	0	1	2	3	4
11	hade jag sexuella kontakter, som jag efteråt ångrade	0	1	2	3	4

Stort tack för din medverkan!

Vänligen kontrollera en gång till att du har besvarat alla frågorna!