

## THAT – verze publikovaná v roce 2006 v J Psychosomatic Research

### Příloha A. Torontský test bdělosti

Tento dotazník se pokouší určit, jak se cítíte bdělí. Uveďte prosím své pocity z minulého týdne. Na následující stupnici označte u každé otázky jednu odpověď.

V minulém týdnu jsem se cítil/a:	Vůbec ne	Méně než 1/4 času	1/4 až 1/2 času	1/2 až 3/4 času	Více než 3/4 času	Celou dobu, kdy jsem byl/a vzhůru
	0	1	2	3	4	5
schopen/schopná soustředění						
bdělý/bdělá						
svěží						
energický/energická						
schopen/schopná přicházet na nové nápady						
že vidím zřetelně, zaznamenávám všechny detaily (např. při řízení)						
schopen/schopná soustředit se na aktuální úkol						
že moje duševní schopnosti fungují naplno						
že potřebuji vynaložit zvýšené úsilí, abych se soustředil/a						
že v nudné situaci mám roztěkané myšlenky						