

TORONTO HOSPITAL ALERTNESS TEST (THAT)

Αυτό το ερωτηματολόγιο προσπαθεί να προσδιορίσει το βαθμό της εγρήγορσης που νοιώθεις. Αναφερόμενος στο αίσθημα σου, θα θέλαμε να αναφερθείς στην τελευταία εβδομάδα. Χρησιμοποίησε την παρακάτω κλίμακα, προκειμένου να επιλέξεις μία απάντηση για κάθε ερώτηση.

Κατά τη διάρκεια της τελευταίας εβδομάδας ένοιωσα:	καθόλου	Λιγότερο από ¼ του χρόνου	¼ μέχρι ½ του χρόνου	½ μέχρι ¾ του χρόνου	Περισσότερο από ¾ του χρόνου	Όλο το χρόνο ή μουν ξύπνιος
	0	1	2	3	4	5
1. Ικανός να συγκεντρωθώ						
2. Σε εγρήγορση (ετοιμότητα)						
3. Ακμαίος						
4. Δραστήριος						
5. Ικανός να σκεφτώ νέες ιδέες						
6. Την όραση μου ξεκάθαρη παρατηρώντας τα πάντα(π.χ οδήγηση)						
6. Ικανός να συγκεντρωθώ σε δεδομένες εργασίες						
8. Ότι οι νοητικές λειτουργίες λειτουργούσαν άψογα						
9. ότι χρειάστηκα μεγαλύτερη προσπάθεια για να διατηρήσω την εγρήγορση(ετοιμότητα)						
10. Ότι σε μία βαρετή κατάσταση ή μουν αφηρημένος						