

## Версия теста ТНАТ, опубликованная в 2006 г. в Журнале психосоматических исследований

Этот опросник наравлен на определение степени Вашей бдительности. Указывая свои ощущения, мы просим Вас рассматривать Ваше состояние на прошлой неделе. Выберите один ответ на каждый вопрос, используя нижеприведенную шкалу.

В течение прошлой недели я чувствовал себя	Совсем нет	Менее ¼ времени	От ¼ до ½ времени	От ½ до ¾ времени	Более, чем ¾ времени	Все время бодрствования
	0	1	2	3	4	5
Способным сконцентрироваться						
Бдительным						
Бодрым						
Энергичным						
Способным к рождению новых идей						
Зрение было четким, я отмечал все детали (например, при вождении автотранспорта)						
Способным справиться с поставленной задачей						
Умственные способности были на высшем!						
Для поддержания бдительности требовалось дополнительное усилие						
В скучной ситуации я замечал, что предаюсь мечтам						