

**Toronto Kórházi Éberségi Teszt (*Toronto Hospital Alertness Test, THAT*)**  
**2006-ban publikált verzió – *Journal of Psychosomatic Research***

Ez a kérdőív azt próbálja megállapítani, hogy mennyire érzi magát ébernek. Kérjük, hogy az elmúlt egy hétre gondoljon vissza, amikor kitölti a kérdőívet és minden kérdésnél egy választ jelöljön be.

	Egyáltalán nem	Keveseb, mint az idő 1/4 részében	Az idő 1/4 – 1/2 részében	Az idő 1/2 – 3/4 részében	Az idő több, mint 3/4 részében	Az ébren töltött idő teljes egészében
Az elmúlt héten úgy éreztem, hogy	0	1	2	3	4	5
Képes vagyok koncentrálni.						
Éber vagyok						
Friss vagyok						
Energikus vagyok						
Képes vagyok új ötletekkel előállni						
Látásom tiszta, minden részletre kiterjedő (például vezetésnél).						
Képes vagyok az adott feladatra koncentrálni.						
Agyi tevékenységeim teljes kapacitással működnek						
Külön erőfeszítésembe kerül, hogy éber maradjak.						
Unalmas helyzetekben elkalandoznak a						