

Er det sandsynligt, at din mistanke er berettiget?

		Det er SANDSYNLIGT, at min mistanke er berettiget	Det er USANDSYNLIGT, at min mistanke er berettiget
1.	Ville andre mennesker mene, at min mistanke er realistisk?	Ja	Nej
2.	Ville min bedste ven mene, at min mistanke er realistisk?	Ja	Nej
3.	Har jeg talt med andre om mine bekymringer?	Ja	Nej
4.	Er det muligt, at jeg har overvurderet truslen?	Nej	Ja
5.	Er der indiskutable beviser for mine mistroiske tanker?	Ja	Nej
6.	Er min mistanke baseret på hændelser, der kan fortolkes på flere forskellige måder?	Nej	Ja
7.	Er mine bekymringer baseret på mine følelser snarere end indiskutable beviser?	Nej	Ja
8.	Er det meget sandsynligt, at netop jeg ville blive udvalgt som offer i stedet for alle andre?	Ja	Nej
9.	Er der ting, der peger i retning af, at min mistanke ikke er berettiget?	Nej	Ja
10.	Er det muligt, at jeg lige nu er lidt overfølsom?	Nej	Ja
11.	Bliver jeg ved med at holde fast i min mistanke trods forsikringer fra andre om, at den er uberettiget?	Nej	Ja