|  |  |
| --- | --- |
| Tabelle l. Itemparameter der Irritations-Skala | טבלה 1. פרמטרים של סקלת הטורדנות |
| Item | פריט |
| 1. Es fällt mir schwer, nach der Arbeit  abzuschalten. (KI) | 1. אני מתקשה להירגע לאחר העבודה ולהפסיק לעסוק בה. (טורדנות הכרנית) |
| 2. Ich muss auch zu Hause an Schwierigkeiten  bei der Arbeit denken. (KI) | 1. אפילו כשאני בבית אני נאלץ.ת לחשוב על קשיים בעבודה. (טורדנות הכרנית) |
| 1. Wenn andere mich ansprechen, kommt es vor, dass ich mürrisch reagiere. (EI) | 1. כשאחרים פונים אליי, אני מגיב.ה ברטננות. (טורדנות רגשית). |
| 4. Selbst im Urlaub muss ich manchmal an Probleme  bei der Arbeit denken. (KI) | 1. גם כשאני בחופשה אני נאלץ.ת לפעמים לחשוב על בעיות בעבודה. (טורדנות הכרנית) |
| 1. Ich fühle mich ab und zu wie jemand,   den man als Nervenbündel bezeichnet. (EI) | 1. לפעמים אני מרגיש.ה כמי שמכונה פקעת עצבים. (טורדנות רגשית) |
| ð. Ich bin schnell verärgert. (EI) | 1. אני מתרגז.ת בקלות. (טורדנות רגשית) |
| 7 . Ich reagiere gereizt, obwohl ich es gar  nicht will. (EI) | 1. אני מגיב.ה ברוגז למרות שאני בכלל לא רוצה. (טורדנות רגשית) |
| 8. Wenn ich müde von der Arbeit nach Hause komme, bin ich ziemlich nervös. (EI) | 1. כשאני חוזר.ת הביתה עייף.ה מהעבודה, אני נעשה.ית עצבני.ת למדי. (טורדנות רגשית) |