

ОПИТУВАЛЬНИК ПО СИМПТОМАХ ПОСТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ

Частина А.

З людьми можуть ставатись різні стресові ситуації. Прочитайте список стресових речей, який поданий нижче і обведіть ТАК для кожної з таких, яка КОЛИ-НЕБУДЬ з вами траплялася. Обведіть НІ, якщо таке ніколи з вами не траплялось.

Не включаєте речі про які ви могли лише чути від інших людей, чи з телебачення, новин чи фільмів. У відповідях зазначайте тільки те, що відбувалось з вами в реальному житті. Деякі запитання стосуються того, що траплялось з іншими, а ви це БАЧИЛИ. А інші запитують, що траплялось саме з ВАМИ.

ПРИКЛАД:

| | | |
|---|-----|----|
| а. Чи ви коли-небудь ходили на футбол? (Обведіть ТАК чи НІ) | Так | Ні |
|---|-----|----|





Чи якісь з наступних подій КОЛИ-НЕБУДЬ траплялись з вами (Обведіть Так чи Ні)





| | | |
|--|-----|----|
| 1. Чи ви потрапляли коли-небудь в серйозну аварію де зазнали важких ушкоджень чи могли померти? | Так | Ні |
| 2. Чи ви коли-небудь були свідком серйозної аварії, де хтось міг серйозно постраждати чи померти? | Так | Ні |
| 3. Чи ви думали про те, що хтось кого ви знаєте може серйозно ушкодитись через природну катастрофу таку, як ураган, повінь чи землетрус? | Так | Ні |
| 4. Чи хтось з ваших близьких був дуже хворим чи ушкодженим? | Так | Ні |
| 5. Чи помирав хтось з ваших близьких? | Так | Ні |
| 6. Чи було у вас серйозне захворювання чи ушкодження, або щось таке коли потрібно було терміново їхати в лікарню? | Так | Ні |
| 7. Чи відлучали вас від батьків чи близьких більш ніж на кілька днів без вашого бажання? | Так | Ні |
| 8. Чи на вас коли-небудь нападав собака, чи інша тварина? | Так | Ні |
| 9. Чи хтось вам коли-небудь казав, що хоче вас скривдити? | Так | Ні |
| 10. Чи ви бачили, що комусь іншому казали що збираються його скривдити? | Так | Ні |
| 11. Чи вам давали колись ляпаса, штовхали чи били? | Так | Ні |
| 12. Чи ви бачили що комусь давали ляпаса, штовхали чи били? | Так | Ні |
| 13. Чи бувало таке, що вас побили? | Так | Ні |
| 14. Чи бачили ви як побили когось іншого? | Так | Ні |
| 15. Чи ви бачили що на когось іншого нападали чи ранили ножом? | Так | Ні |
| 16. Чи ви бачили як хтось наставляв справжній пістолет на когось іншого? | Так | Ні |
| 17. Чи ви бачили як когось іншого підстрелили або застрелили із справжнього пістолета? | Так | Ні |

ЧАСТИНА Б:

Нижче знаходиться список проблем, які інколи мають дітки після переживання чогось страшного, такого, як ми щойно говорили. Серед усіх речей про які ми говорили, постарайся згадати те, що найбільше тебе турбує.

Тепер ці наступні запитання будуть про речі, які найбільше тебе турбують (чи це було штовхання, побиття, переляк, чи щось інше). Слухай уважно і обводь ті слова, які найкраще описують наскільки часто ця проблема турбує тебе ОСТАННІ ДВА ТИЖНІ.

| |  |  |  |  |
|--|---|---|---|---|
| 1. Чи ти коли-небудь засмучувався через подію яка приходила тобі в голову коли ти цього не хотів? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 2. Чи в тебе бувають погані сни чи нічні кошмари? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 3. Чи ти коли-небудь поведив чи відчував себе так, ніби ця подія відбувається знову (напр., чув чи бачив картинку того, ніби потрапив туди знову)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 4. Чи ти коли-небудь засмучувався коли ти думаєш чи чуєш про подію (напр., почувався наляканим, злим, сумним, винним та інше)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 5. Чи коли-небудь мав відчуття в тілі коли думав чи чув про подію (напр., обливався потом, пришвидшене серцебиття)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 6. Чи ти пробував не думати, не говорити і не мати почуттів про подію? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 7. Чи ти намагався уникати діяльності, людей, чи місць, які нагадували тобі про подію (напр., не хотів гратись на дворі чи йти до школи)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 8. Чи є таке, що ти не в змозі пригадати важливої частини події? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 9. Чи бувало таке, що в тебе зменшився інтерес чи бажання робити ті речі, які ти зазвичай робив? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| 10. Чи ти не відчував себе близьким до людей навколо тебе? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| | 0  | 1  | 2  | 3  |
| 11. Чи був ти не в змозі відчувати сильні почуття (напр., почуватись дуже щасливим)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 12. Чи було в тебе таке відчуття, що твої майбутні плани і надії не збудуться (напр., ти не перейдеш в старшу школу, не знайдеш роботи, не одружишся, не будеш мати дітей)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 13. Чи були в тебе труднощі з засинанням чи з тим що часто прокидаєшся? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 14. Чи почував ти роздратованість або нападати гніву? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 15. Чи були у тебе труднощі з концентрацією (напр., втрата частини сюжету по телебаченні, забування того про що читав, чи важкість у підтриманні уваги на уроці)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 16. Чи ти бував надто обережним (напр., перевіряв хто і що є біля тебе)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |
| 17. Чи бував ти знервований або швидко здригався (напр., коли хтось проходив повз тебе)? | Анітрохи | Інколи | Половину часу | Майже завжди |