

Instrukcja: Poniżej wymienione są różne trudności, które ludzie czasem zgłaszają w odpowiedzi na traumatyczne lub stresujące wydarzenia życiowe. Proszę przeczytać je uważnie, a następnie zakreślić jedną z cyfr po prawej stronie wskazując jak bardzo uciążliwe było to dla Pana/Pani w ciągu ostatniego miesiąca.

	<i>Wcale</i>	<i>Trochę</i>	<i>Umiarkowanie</i>	<i>Znacznie</i>	<i>Bardzo</i>
P1. Czy miewa Pan/Pani niepokojące sny odtwarzające fragmenty Pana/Pani przeżycia/doświadczenia lub wyraźnie z nim powiązane?	0	1	2	3	4
Czy zdarza się to często; co najmniej dwa razy w ciągu ostatniego miesiąca?	Tak			Nie	
P2. Czy doświadcza Pan/Pani pojawiania się w myślach wyrazistych obrazów lub wspomnień i ma Pan/Pani poczucie ponownego przeżywania tego wydarzenia?	0	1	2	3	4
Czy ma Pan/Pani wrażenie, że rzeczywiście przeżywa to wydarzenie na nowo, choćby tylko przez chwilę?	Tak			Nie	
P3. Czy unika Pan/Pani wewnętrznych przeżyć przypominających to wydarzenie (np. myśli, uczuć lub doznań fizycznych)?	0	1	2	3	4
Czy aktywnie próbuje Pan/Pani usunąć te myśli ze swojego umysłu?	Tak			Nie	
P4. Czy unika Pan/Pani zewnętrznych sytuacji przypominających to wydarzenie (np. ludzi, miejsc, rozmów, przedmiotów, czynności lub sytuacji)?	0	1	2	3	4
Czy zaczął/ zaczęła Pan/Pani ich unikać dopiero po traumatycznym doświadczeniu?	Tak			Nie	
P5. Czy jest Pan/Pani bardzo czujny/czujna, ostrożny/ostrożna lub w stałej gotowości?	0	1	2	3	4
Czy regularnie czuje się Pan/Pani zagrożony/zagrożona lub czuje, że w pewnych sytuacjach może wydarzyć się coś złego?	Tak			Nie	

	<i>Wcale</i>	<i>Trochę</i>	<i>Umiarkowanie</i>	<i>Znacznie</i>	<i>Bardzo</i>
P6. Czy czuje się Pan/Pani pobudzony/pobudzona i łatwo Pana/Panią przestraszyć?	0	1	2	3	4
Coś normalnego, na przykład hałas, może spowodować szok i przyspieszyć bicie Pana/Pani serca – coś, co nie przeszkadza innym ludziom. Czy zdarza się to Panu/Pani?	Tak			Nie	

Czy w ciągu ostatniego miesiąca trudności wymienione powyżej:

P7. Miały wpływ na Pana/Pani relacje lub życie towarzyskie?	0	1	2	3	4
P8. Miały wpływ na Pana/Pani pracę lub zdolność do pracy?	0	1	2	3	4
P9. Miały wpływ na jakikolwiek inny, ważny obszar Pana/Pani życia taki jak: rodzicielstwo, chodzenie do szkoły, na studia lub inne ważne zajęcia?	0	1	2	3	4
Pytania te dotyczyły poważnych i ciągłych zakłóceń w Pana/Pani życiu; niemożność robienia rzeczy, które chce Pan/Pani robić lub rzeczy, których ludzie zwykle od Pana/Pani oczekują. Czy uważa Pan/Pani, że te zakłócenia są w Pana/Pani przypadku poważne i mają na Pana/Panią negatywny wpływ?	Tak			Nie	

Instrukcja: Poniżej wymienione są różne trudności wskazywane przez osoby, które doświadczyły traumatycznych lub stresujących wydarzeń życiowych. Stwierdzenia dotyczą tego, jak się zazwyczaj Pan/Pani czuje, jak zazwyczaj myśli Pan/Pani o sobie i w jaki sposób zazwyczaj odnosi się Pan/Pani do innych. Proszę odpowiedzieć na nie zastanawiając się w jakim stopniu każde z nich dotyczy Pana/Pani.

Jak bardzo prawdziwe jest to stwierdzenie w stosunku do Pana/Pani?	Wcale	Trochę	Umiarkowanie	Znacznie	Bardzo
C1. Kiedy jestem zdenerwowany/ zdenerwowana, dużo czasu zajmuje mi uspokojenie się.	0	1	2	3	4
Czy zauważa Pan/Pani, że łatwiej się denerwuje niż inni, ma bardziej intensywne reakcje, a uspokojenie zajmuje Panu/Pani więcej czasu w porównaniu do innych osób?	Tak			Nie	
C2. Czuję się odrętwiały/ odrętwiała emocjonalnie lub zablokowany/ zablokowana.	0	1	2	3	4
To oznacza niemożność doświadczania takich emocji, jak radość, smutek, podekscytowanie i złość. Czy jest to prawda w Pana/Pani przypadku?	Tak			Nie	
Czy często zamyka się Pan/Pani w sobie, gdy jest Pan/Pani przytłoczony/przytłoczona?	Tak			Nie	
C3. Czuję się jakby nigdy nic mi się nie udawało.	0	1	2	3	4
Nie oznacza to, że tylko od czasu do czasu czuje się Pan/Pani źle ze sobą. Oznacza to ciągle postrzeganie siebie jako osoby gorszej. Czy tak Pan/Pani myśli o sobie?	Tak			Nie	
C4. Czuję się bezwartościowy/ bezwartościowa.	0	1	2	3	4
Niektórzy ludzie uważają, że nie mają żadnej wartości i są nieważni. Czy tak się Pan/Pani czuje ze sobą?	Tak			Nie	

C5. Czuję się zdystansowany/ zdystansowana lub odcięty/ odcięta od ludzi.	0	1	2	3	4
Oznacza to poczucie, że inni ludzie Pana/Pani nie rozumieją i nie są w stanie zrozumieć. Czy jest to prawda w Pana/Pani przypadku?	Tak			Nie	
Oznacza to, że nie jest Pan/Pani w stanie lub nie chce rozwijać silnych więzi z innymi ludźmi. Czy to prawda w Pana/Pani przypadku?	Tak			Nie	
C6. Trudno jest mi być blisko emocjonalnie z ludźmi.	0	1	2	3	4
Oznacza to strach przed konfliktem lub odrzuceniem, jeśli zbliży się Pan/Pani do innych. Czy to prawda w Pana/Pani przypadku?	Tak			Nie	

Proszę określić czy w ciągu ostatniego miesiąca, powyższe trudności dotyczące emocji, przekonań na swój temat oraz relacji z innymi wpływały na:

C7. Powodowały niepokój lub cierpienie w związku z Pana/Pani relacjami lub życiem towarzyskim?	0	1	2	3	4
C8. Miały wpływ na Pana/Pani pracę lub zdolność do pracy?	0	1	2	3	4
C9. Miały wpływ na jakikolwiek inny, ważny obszar Pana/Pani życia taki jak: rodzicielstwo, chodzenie do szkoły, na studia lub inne ważne zajęcia?	0	1	2	3	4
Pytania te dotyczyły poważnych i ciągłych zakłóceń w Pana/Pani życiu; niemożność robienia rzeczy, które chce Pan/Pani robić lub rzeczy, których ludzie zwykle od Pana/Pani oczekują. Czy uważa Pan/Pani, że zakłócenia są w Pana/Pani przypadku poważne i mają na Pana/Panią negatywny wpływ?	Tak			Nie	

Instrukcja dotycząca punktacji

Metoda punktacji kategorialnej

- Objaw uznaje się za obecny na podstawie odpowiedzi wynoszącej 2 lub więcej punktów w skali Likerta oraz odpowiedzi „tak” na kontrolne pytanie kliniczne. Wymóg zakłóceń funkcjonowania uznaje się za obecny na podstawie odpowiedzi wynoszącej 2 lub więcej punktów w skali Likerta na dowolne z trzech stwierdzeń dotyczących tego obszaru oraz odpowiedzi „tak” na kontrolne pytanie kliniczne.
- Rozpoznanie PTSD wymaga spełnienia kryterium ekspozycji na traumę i upłynięcia od niej kilku tygodni, a także obecności co najmniej jednego objawu z P1 lub P2 (ponowne przeżywanie tu i teraz), P3 lub P4 (unikanie), P5 lub P6 (poczucie aktualnego zagrożenia) oraz P7-P9 (zakłócenie funkcjonowania).
- Diagnoza złożonego PTSD wymaga spełnienia wszystkich kryteriów PTSD oraz obecności co najmniej jednego objawu z zakresu C1 lub C2 (dysregulacja afektywna), C3 lub C4 (negatywny obraz siebie), C5 lub C6 (zaburzone relacje) oraz C7-C9 (zakłócenie funkcjonowania). Jeśli kryteria CPTSD są spełnione, diagnoza PTSD nie jest stawiana.

Punktacja wymiarowa dla PTSD i CPTSD

- Podobnie jak w przypadku ITQ, wyniki wymiarowe (stopień nasilenia objawów) można obliczyć dla każdego klastra objawów PTSD i DSO, sumując wyniki odpowiedzi na skali Likerta.