

Διεθνές Ερωτηματολόγιο Ψυχικού Τραύματος με Κλινικούς Ελέγχους

INTERNATIONAL TRAUMA QUESTIONNAIRE (ITQ) WITH CLINICAL CHECKS

Οδηγίες: Παρακαλώ, απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις σκεπτόμενοι το τραυματικό συμβάν που προηγουμένως προσδιορίσατε ως το πιο οδυνηρό [οι ερωτηθέντες θα έπρεπε να είχαν υποβληθεί σε αξιολόγηση για τραύμα πριν από τη χορήγηση αυτής της κλίμακας]. Παρακάτω παρατίθενται διάφορα προβλήματα που αναφέρουν μερικές φορές οι άνθρωποι ως απάντηση σε τραυματικά ή αγχωτικά συμβάντα ζωής. Παρακαλώ, διαβάστε προσεκτικά κάθε δήλωση και στη συνέχεια, κυκλώστε/σημειώστε έναν από τους αριθμούς στα δεξιά για να δείξετε πόσο σας έχει ενοχλήσει αυτό το πρόβλημα τον τελευταίο μήνα.

	Καθόλου	Λίγο	Αρκετά	Πολύ	Υπερβολικά
P1. Έχετε ενοχλητικά όνειρα μέσα από τα οποία ξαναζείτε/αναβιώνετε μέρος της στρεσογόνου/τραυματικής εμπειρίας ή συνδέονται άμεσα με την εμπειρία;	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Συμβαίνει αυτό συχνά, τουλάχιστον 2 φορές τον τελευταίο μήνα;			Ναι		Όχι
P2. Έχετε ισχυρές εικόνες ή αναμνήσεις που έρχονται μερικές φορές στο μυαλό σας, μέσω των οποίων αισθάνεστε ότι ξαναζείτε/αναβιώνετε την εμπειρία εδώ και τώρα;	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Νιώθετε ότι ξαναζείτε το γεγονός, έστω και για μια στιγμή;			Ναι		Όχι
P3. Αποφεύγετε τις εσωτερικές υπενθυμίσεις της εμπειρίας (για παράδειγμα, σκέψεις, συναισθήματα ή σωματικές αισθήσεις);	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Προσπαθείτε ενεργά να διώξετε αυτές τις σκέψεις από το μυαλό σας;			Ναι		Όχι
P4. Αποφεύγετε τις εξωτερικές υπενθυμίσεις της εμπειρίας (για παράδειγμα, ανθρώπους, μέρη, συζητήσεις, αντικείμενα, δραστηριότητες ή καταστάσεις);	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Αρχίσατε να τις αποφεύγετε μόνο από τότε που βιώσατε την τραυματική εμπειρία;			Ναι		Όχι
P5. Είστε «σε εγρήγορση», σε επαγρύπνηση ή σε επιφυλακή;	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Νιώθετε τακτικά ότι είστε σε κίνδυνο ή ότι κάτι κακό πρόκειται να συμβεί σε ορισμένες καταστάσεις;			Ναι		Όχι
P6. Νιώθετε νευρικοί/αγχώδεις ή τρομάζετε εύκολα;	0	1	2	3	4

Greek Adaptation by Anastassiou-Hadjicharalambous, X., Siros, I., Evgeniou, E. & Stamatis, D. (2025). Based on English version by: Shevlin, M., Hyland, P., Brewin, C. R., Cloitre, M., Karatzias, T., & Redican, E. (2025). Testing the Use of "Clinical Checks" With the International Trauma Questionnaire to Measure PTSD and Complex PTSD. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 152(1), 49–59. <https://doi.org/10.1111/acps.13799>

Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Κάτι συνηθισμένο, που συχνά δεν ενοχλεί τους άλλους ανθρώπους, όπως ένας θόρυβος, μπορεί να σας αιφνιδιάσει και να κάνει την καρδιά σας να χτυπά δυνατά; Σας συμβαίνει κάτι τέτοιο;	Ναι Όχι				
Τον τελευταίο μήνα τα παραπάνω προβλήματα έχουν:					
P7. Επηρεάσει τις σχέσεις σας ή την κοινωνική σας ζωή;	0	1	2	3	4
P8. Επηρεάσει την εργασία σας ή την ικανότητά σας να εργάζεστε;	0	1	2	3	4
P9. Επηρεάσει οποιοσδήποτε άλλες σημαντικές πτυχές της ζωής σας, όπως τη γονεϊκότητα, τη σχολική ή ακαδημαϊκή επίδοση, ή άλλες σημαντικές δραστηριότητες;	0	1	2	3	4
Εάν οι P7, P8 ή P9 βαθμολογούνται 2 ή υψηλότερα, παρακαλώ απαντήστε: Αυτές οι ερωτήσεις αφορούσαν σοβαρές και συνεχιζόμενες ενοχλήσεις στη ζωή σας, όπως το να μην μπορείτε να κάνετε τα πράγματα που θέλετε ή πράγματα που οι άνθρωποι συνήθως περιμένουν από εσάς να κάνετε. Πιστεύετε ότι οι ενοχλήσεις αυτές είναι σοβαρές και έχουν αρνητικό αντίκτυπο σε εσάς;	Ναι Όχι				

Οδηγίες: Παρακάτω αναφέρονται προβλήματα που μερικές φορές βιώνουν άνθρωποι που είχαν αγχωτικές ή τραυματικές εμπειρίες. Οι ερωτήσεις αναφέρονται στους τρόπους που συνήθως αισθάνεστε, στους τρόπους που συνήθως σκέφτεστε για τον εαυτό σας και στους τρόπους που συνήθως σχετίζεστε με τους άλλους. Απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις σκεπτόμενοι πόσο αληθινή είναι κάθε δήλωση για εσάς.

Πόσο ισχύουν τα πιο κάτω για εσάς;	Καθόλου	Λίγο	Αρκετά	Πολύ	Υπερβολικά
C1. Όταν είμαι αναστατωμένος/η, μου παίρνει πολύ χρόνο για να ηρεμήσω.	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Παρατηρείτε ότι αναστατώνεστε πιο εύκολα από άλλους, ότι έχετε πιο έντονες αντιδράσεις και ότι σας παίρνει περισσότερο χρόνο για να ηρεμήσετε σε σύγκριση με άλλους ανθρώπους;	Ναι Όχι				
C2. Αισθάνομαι μουνδιασμένος/η ή συναισθηματικά αποκομμένος/η.	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Αυτό σημαίνει ότι δεν μπορείτε να βιώσετε συναισθήματα όπως χαρά, λύπη, ενθουσιασμό και θυμό. Ισχύει αυτό για εσάς;	Ναι Όχι				
C3. Νιώθω αποτυχημένος/η.	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Αυτό δεν σημαίνει απλώς ότι περιστασιακά νιώθετε άσχημα για τον εαυτό σας. Σημαίνει ότι	Ναι Όχι				

Θεωρείτε τον εαυτό σας συνεχώς κατώτερο. Έτσι σκέφτεστε για τον εαυτό σας;					
C4. Νιώθω ανάξιος/α.	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Κάποιοι άνθρωποι πιστεύουν ότι είναι ανάξιοι και ασήμαντοι. Έτσι νιώθετε κι εσείς για τον εαυτό σας;			Ναι Όχι		
C5. Αισθάνομαι απόμακρος/η ή αποκομμένος/η από τους ανθρώπους.	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Αυτό σημαίνει ότι δεν μπορείτε ή δεν θέλετε να αναπτύξετε ισχυρούς δεσμούς με άλλους ανθρώπους. Ισχύει αυτό για εσάς;			Ναι Όχι		
C6. Το βρίσκω δύσκολο να μένω συναισθηματικά συνδεδεμένος/-η με τους ανθρώπους.	0	1	2	3	4
Εάν σκοράρατε 2 ή περισσότερο, παρακαλώ απαντήστε: Αυτό σημαίνει φόβο σύγκρουσης ή απόρριψης αν έρθετε κοντά σε άλλους. Ισχύει αυτό για εσάς;			Ναι Όχι		
<u>Τον περασμένο μήνα, τα παραπάνω προβλήματα στα συναισθήματα, στις πεποιθήσεις για τον εαυτό σας και στις σχέσεις σας έχουν:</u>					
C7. Προκαλέσει ανησυχία ή αγωνία/δυσφορία για τις σχέσεις σας ή την κοινωνική σας ζωή;	0	1	2	3	4
C8. Επηρεάσει την εργασία σας ή την ικανότητά σας να εργάζεστε;	0	1	2	3	4
C9. Επηρεάσει οποιοσδήποτε άλλες σημαντικές πτυχές της ζωής σας, όπως τη γονεϊκότητα, τη σχολική ή ακαδημαϊκή επίδοση, ή άλλες σημαντικές δραστηριότητες;	0	1	2	3	4
Εάν οι C7, C8 ή C9 βαθμολογούνται 2 ή υψηλότερα, παρακαλώ απαντήστε: Αυτές οι ερωτήσεις αφορούσαν σοβαρές και συνεχιζόμενες ενοχλήσεις στη ζωή σας, όπως το να μην μπορείτε να κάνετε τα πράγματα που θέλετε ή πράγματα που οι άνθρωποι συνήθως περιμένουν από εσάς να κάνετε. Πιστεύετε ότι οι ενοχλήσεις αυτές είναι σοβαρές και έχουν αρνητικό αντίκτυπο σε εσάς;			Ναι Όχι		

Greek Adaptation by Anastassiou-Hadjicharalambous, X., Siros, I., Evgeniou, E. & Stamatis, D. (2025). Based on English version by: Shevlin, M., Hyland, P., Brewin, C. R., Cloitre, M., Karatzias, T., & Redican, E. (2025). Testing the Use of "Clinical Checks" With the International Trauma Questionnaire to Measure PTSD and Complex PTSD. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 152(1), 49–59. <https://doi.org/10.1111/acps.13799>

Οδηγίες Αξιολόγησης

Κατηγορική μέθοδος αξιολόγησης

- Ένα σύμπτωμα θεωρείται ότι υφίσταται με βάση απαντήσεις ίσες ή μεγαλύτερες του 2 στην κλίμακα Likert **και** την απάντηση «ναι» στον επακόλουθο κλινικό έλεγχο. Η λειτουργική έκπτωση ισχύει στην περίπτωση που έχουν δοθεί απαντήσεις ίσες ή μεγαλύτερες του 2 στην κλίμακα Likert σε οποιαδήποτε από τις τρεις δηλώσεις **και** απάντηση «ναι» στον επακόλουθο κλινικό έλεγχο.
- Η διάγνωση της Διαταραχής Μετατραυματικού Στρες (PTSD) απαιτεί να έχει προηγηθεί έκθεση σε τραυματικό γεγονός και να έχουν περάσει αρκετές εβδομάδες, *καθώς και* την παρουσία τουλάχιστον ενός συμπτώματος από τις κατηγορίες P1 ή P2 (αναβίωση στο εδώ και τώρα-re-experiencing in the here and now), *και* P3 ή P4 (αποφυγή-avoidance), *και* P5 ή P6 (αίσθηση τρέχουσας απειλής-sense of current threat), *και* P7–P9 (λειτουργική έκπτωση-functional impairment).
- Η διάγνωση της Σύνθετης Διαταραχής Μετατραυματικού Στρες (Complex PTSD, CPTSD) απαιτεί να πληρούνται όλα τα κριτήρια για PTSD και να υπάρχει τουλάχιστον ένα σύμπτωμα από τις κατηγορίες C1 ή C2 (συναισθηματική δυσρύθμιση-affective dysregulation), *και* C3 ή C4 (αρνητική αυτοαντίληψη-negative self-concept), *και* C5 ή C6 (δυσλειτουργικές σχέσεις-disturbances in relationships), *και* C7–C9 (λειτουργική έκπτωση-affective dysregulation). Αν πληρούνται τα κριτήρια για CPTSD, δεν τίθεται διάγνωση PTSD.

Διαστασιακή αξιολόγηση για PTSD και CPTSD

- Όπως και με το ITQ, μπορούν να υπολογιστούν διαστασιακές βαθμολογίες για κάθε ομάδα συμπτωμάτων PTSD και DSO, αθροίζοντας τις βαθμολογίες των απαντήσεων στην κλίμακα Likert.

Greek Adaptation by Anastassiou-Hadjicharalambous, X., Siros, I., Evgeniou, E. & Stamatis, D. (2025). Based on English version by: Shevlin, M., Hyland, P., Brewin, C. R., Cloitre, M., Karatzias, T., & Redican, E. (2025). Testing the Use of "Clinical Checks" With the International Trauma Questionnaire to Measure PTSD and Complex PTSD. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 152(1), 49–59. <https://doi.org/10.1111/acps.13799>