

PTSD CheckList – Civilian Version (PCL-C)

ДЛЯ ЦИВІЛЬНИХ

Пацієнт ФІБ: _____

Дата ____/____/20__р.

Інструкція для пацієнтів.

Нижче наведено перелік проблем та нарікань, що їх інколи мають пацієнти (ветерани) у наслідок стресу, що вони його перенесли у своєму житті (внаслідок травматичної події, психотравми).

* Будь ласка, уважно прочитайте кожен пункт.

* Як сильно ця проблема турбувала Вас протягом останнього місяця?

* Поставте у кожній графі позначку «X» у потрібній клітині.

№	Відповідь:	Ні, анітрохи (1)	Злегка (2)	Помірно (3)	Сильно (4)	Дуже сильно (5)
1	Настійливі, непокоячі <i>спогади, думки, або живі картини</i> про травматичну подію минулого?					
2	Настійливі, непокоячі <i>сновидіння</i> про травматичну подію минулого?					
3	Зненацька починаєте <i>діяти, або відчувати</i> , наче травматична подія минулого <i>знову із вами відбувається</i> (наче знову живете у тому часі)?					
4	Відчуваєте <i>серйозний неспокій</i> , коли <i>щось нагадує</i> Вам про травматичну подію минулого?					
5	Відчуваєте <i>фізично погано</i> (наприклад, серцебиття, задуху, кидає у піт), коли <i>щось нагадує</i> Вам про травматичну подію минулого?					
6	Уникаєте <i>думати</i> або <i>розмовляти</i> про травматичну подію минулого, або уникаєте <i>повернення відчуттів</i> , що із цим пов'язані?					
7	Уникаєте <i>певного роду діяльності</i> або <i>ситуації</i> , оскільки вони <i>нагадують</i> Вам травматичну подію минулого?					
8	Вам <i>важко пригадати суттєві моменти</i> із тієї травматичної події минулого?					
9	Ви втратили <i>інтерес до речей, які зазвичай раніше були Вам до вподоби</i> ?					
10	Ви відчуваєте себе <i>віддалено</i> , або <i>відрізано</i> від інших людей?					
11	Відчуваєте себе <i>емоційно зацікавленим</i> , або що Ви нездатні мати відчуття любові до Ваших близьких?					
12	Відчуваєте так, немовби Ваші <i>перспективи на майбутнє</i> стали дуже обмеженими?					
13	Важко <i>засинати, або перебувати у стані сну</i> ?					
14	Відчуваєте в собі <i>дражливість</i> , або маєте <i>спалахи гніву</i> ?					
15	Вам важко зосередитися?					
16	Ви <i>«супер пильні»</i> , або завжди напготові?					
17	Ваші <i>нерви «на межі»</i> , Вас <i>«підхоплює»</i> на різкі звуки?					

Weathers, F.W., Huska, J.A., Keane, T.M. *PCL-M for DSM-IV*. Boston: National Center for PTSD – Behavioral Science Division, 1991.
This is a Government document in the public domain.