

Специализированная анкета типа PTSS

Бывает, что у молодых, много переживших и переживавших в своей жизни людей, появляются определённые жалобы. Нижеследующие положения передают жалобы подобного рода. Заполняя эту анкету, укажите, пожалуйста, у каждого пронумерованного положения (жалобы), страдаете ли Вы этим вообще (а может быть "нет"), только "немножко", "очень" или даже "сильно". Чтобы указать в какой мере ЗА ПРОШЕДШИЙ МЕСЯЦ Вас мучили названные жалобы, Вы должны закрасить соответствующий кружочек в правом столбике. Большое спасибо.

● = **нет** ● = **НЕМНОЖКО** ● = **ОЧЕНЬ** ● = **СИЛЬНО**

		●	●	●	●	
		нет	Нем-ножко	очень	сильно	
1	Я думаю о тех событиях, даже если я этого не хочу. (Например: кадры тех событий встают перед глазами)	Ik denk aan de gebeurtenissen ook als ik het niet wil. (Bijvoorbeeld: beelden van de gebeurtenis schieten me te binnen).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	У меня жуткие сны или кошмары о тех событиях.	Ik heb enge dromen of nachtmerries over de gebeurtenissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	У меня такое чувство, что те события снова и снова происходят наяву.	Ik heb het gevoel dat de gebeurtenissen weer opnieuw gebeuren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Мне страшно или я печален (расстраиваюсь), когда я думаю о случившихся событиях.	Ik voel me bang of verdrietig (raak overstuur) als ik aan de gebeurtenissen denk.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Мне кажется, что я веду себя так же, как вёл себя во время тех происходящих событий.	Ik vind dat ik de dingen op dezelfde manier doe als tijdens de gebeurtenissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Если я думаю о случившихся событиях, то у меня всё тело "отзывается" (например: головной болью, болями в животе, учащённым сердцебиением).	Als ik aan de gebeurtenissen denk, roept het gevoelens in mijn lichaam op (bijvoorbeeld: hoofdpijn, buikpijn, hartkloppingen).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Я стараюсь не думать или не говорить о тех событиях.	Ik probeer niet over die gebeurtenissen te denken of praat erover.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Я стараюсь скрыть свои чувства о тех событиях.	Ik probeer mijn gevoelens over de gebeurtenissen weg te stoppen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Я стараюсь избегать людей или места, напоминающих мне о тех событиях.	Ik probeer weg te blijven van mensen of plaatsen die me doen denken aan de gebeurtenissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Я забыл важные вещи о тех событиях.	Ik ben belangrijke dingen vergeten over de gebeurtenissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Я чувствую себя одиноким / одинокой.	Ik voel me alleen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Я чувствую, что у меня нет контакта с людьми, находящимися вокруг меня.	Ik voel dat ik geen contact met de mensen om me heen heb.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Мне трудно проявлять свои чувства.	Ik heb moeite mijn gevoelens te uiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Меня не интересуют такие вещи как спорт, друзья, школа.	Ik ben niet geïnteresseerd in dingen zoals sport, vrienden, school.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Будущее не представляется мне благосклонным. (Например: что я не найду себе партнёра, не получу хорошую работу)	Ik ben niet positief over mijn toekomst. (Bijvoorbeeld: dat ik geen partner zal vinden, geen goede baan krijg)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Я с трудом засыпаю.	Ik heb problemen om in slaap te vallen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	За ночь я очень часто просыпаюсь или просыпаюсь слишком рано.	Ik word 's nachts vaak wakker of te vroeg wakker.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Мне трудно сосредоточиться или быть внимательным (в школе, дома).	Ik heb moeite met opletten, of mijn aandacht bij iets houden (op school, thuis).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Я всё время на чеку (я всегда осторожен к вещам, которых я боюсь или я настороже).	Ik ben waakzaam (ik kijk altijd uit voor dingen waar ik bang voor ben, of ik ben op mijn hoede).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Я легко и быстро пугаюсь (например, если я слышу громкие звуки или если что-то неожиданно происходит).	Ik ben schrikachtig (bijvoorbeeld als ik harde geluiden hoor, of als er iets onverwachts gebeurt).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Я часто ругаюсь с другими людьми (например, с родственниками, друзьями, учителями).	Ik krijg vaak ruzie met anderen (bijvoorbeeld met familie, vrienden, leerkrachten).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	У меня бывают вспышки гнева / ярости (иногда я так сержусь, что могу швырять вещи, бить или пинать людей, начинаю кричать).	Ik heb woede uitbarstingen (ik word soms zo boos dat ik met dingen ga gooien, ga slaan, ga schoppen of ga schreeuwen).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>