PTSD CHECKLIST FOR THE DSM-5 AND LIFE EVENTS CHECKLIST FOR THE DSM-5 WITH EXTENDED A CRITERION

Disclaimer and Copyright: see www.psychotraumadiagnostics.org

Original: Weathers, Litz, Keane, Palmieri, Marx, & Schnurr - National Center for PTSD (27/10/2013)

This translation: ARQ Centrum'45, ARQ National Psychotrauma Centre (2015)

Reference:
Boeschoten, M.A., Bakker, A., Jongedijk, R.A. & Olff, M. (2015). PTSD Checklist for DSM-5 and Life Events Checklist for DSM-5 with extended A criterion– Croatian version. Edition: ARQ Centrum'45, ARQ National Psychotrauma Centre, Diemen.

ARQ Centrum'45

Nadalje slijedi lista s utjecajnim i/ili stresnim događajima koje čovjek ponekad doživi. Pri svakom od tih događaja izaberite jedan ili više odgovora kako biste naveli: (a) da li ste to *sami doživjeli*; (b) da li ste bili *svjedokom* kad se to dogodilo nekom drugom; (c) da li ste *saznali* da se to dogodilo nekom članu vaše bliske obitelji ili dobrom prijatelju; (d) da li ste se time suočili *u sklopu svog posla* (u slučaju osoblja u vozilu prve pomoći, pripadnika policije, vojske ili drugog osoblja za pružanje prve pomoći); (e) da *niste sigurni* da li se navedeno odnosi i na vas; ili (f) da se *uopće ne odnosi na vas*.

Pri odgovaranju na pitanja s liste, prisjetite se svojeg *cijelog života* (vrijeme odrastanja, kao i vrijeme kad ste već bili odrasli).

Događaj	***Desilo mi se***	***Bio/bila sam svjedok***	***Saznao /saznala sam***	***U sklopu posla***	***Ne znam***	***Ne odnosi se na mene***
1. Prirodna katastrofa (poput poplave, uragana, tajfuna ili potresa)						
2. Vatra ili eksplozija						
3. Nesreća (poput automobilske nesreće, nesreće s brodom, vlakom ili avionom)						
4. Ozbiljna nesreća na poslu, kod kuće, ili tokom slobodnog vremena						
5. Izlaganje nekom otrovu (poput opasnih kemikalija ili zračenja)						
6. Fizičko nasilje (kao npr. biti žrtvom napada, dobiti šamar ili udarac rukom , udarac nogom, biti prebijen)						
7. Nasilje uz upotrebu oružja (na primjer biti pogođen vatrenim oružjem, ubod nožem, prijetnja nožem, vatrenim oružjem ili bombom)						
8. Seksualno nasilje (silovanje, pokušaj silovanja, prisiljavanje na određenu seksualnu radnju – bilo koje prirode – putem nasilja ili prijetnje)						

ARQ Centrum'45

9.	**Druga nepoželjna ili neugodna seksualna iskustva**					
10.	**Oružana borba ili boravak na ratnom području (bilo kao vojnik, bilo kao građanin)**					
11.	**Lišavanje slobode (na primjer otmica, biti uhvaćen kao talac ili ratno zarobljeništvo)**					
12.	**Bolest ili povreda, opasni po život**					
13.	**Duboka ljudska patnja**					
14.	**Iznenadna, nasilna smrt (kao na primjer ubojstvo ili samoubojstvo)**					
a.	**Da li se radilo o iznenadnoj, nasilnoj smrti nekog iz najbliže obitelji ili dobrog prijatelja?** **__ Ne** **__ Da**					
15.	**Iznenadna, slučajna smrt**					
16.	**Nečija ozbiljna povreda, šteta ili smrt vašem djevolanju**					
17.	**Neki drugi vrlo stresni događaj ili iskustvo**					

ARQ Centrum'45

18. Ukratko opišite događaj koji vam se tu pojavljivao u mislima:

_____

Ukoliko ste se suočavali s više gore navedenih događaja, koji od njih biste izdvojili kao događaj koji je *najviše utjecao* na vas? U okviru ove liste s pitanjima to znači: događaj koji vam u ovom trenutku zadaje najviše smetnji. Ukoliko ste se suočili samo s jednim od gore navedenih događaja , isti smatrajte upravo događajem koji je najviše utjecao na vas. Molimo vas da odgovorite na slijedeća pitanja o događaju koji je na vas najviše utjecao:

18. Kratko opišite događaj koji je najviše utjecao na vas (*na primjer: što se to desilo, tko je sve u tome učestvovao, itd.)*.

_____

_____

19. Prije koliko vremena se to desilo? _____ (*Slobodno napišete procjenu ukoliko ne znate točno kad se to desilo)*

20. Na koji ste se način vi suočili s tim događajem?

____ *To mi se osobno desilo*

____ *Bio/bila sam svjedok*

____ *Saznao/saznala sam da se to desilo nekom iz moje najbliže obitelji ili nekom dobrom prijatelju*

____ *Učestalo (Opetovano) sam izložen/izložena detaljima tog događaja u sklopu svojeg posla (u slučaju osoblja u vozilu prve pomoći, pripadnika policije, vojske ili drugog osoblja za pružanje prve pomoći)*

____ *Na neki drugi način (napišite kakav):*

21. Da li je nečiji život bio u opasnosti?

____ *Da, moj život*

____*Da, život nekog drugog*

____*Ne*

22. Da li je netko ozbiljno ozljeđen ili poginuo (preminuo)?

____ *Da, ja sam ozbiljno ozljeđen*

____ *Da, netko drugi je ozbiljno ozljeđen ili poginuo (preminuo)*

____ *Ne*

23. Da li se radilo o seksualnom nasilju? ____*Da* ____*Ne*

24. Ukoliko je pri ovom događaju preminuo netko iz bliske obitelji ili dobar prijatelj, da li je to bila posljedica nesreće ili nasilja ili je ta smrt bila prirodna?

____ *Nesreća ili nasilje*

____ *Prirodni uzrok*

____ *Ne odnosi se (Pri ovom događaju nije preminuo nitko iz familije, kao ni dobar prijatelj)*

25. Koliko ste puta ukupno bili suočeni sa sličnim događajem, koji je kod vas izazvao isto toliko stresa, ili gotovo jednako toliko, koliko i događaj koji je na vas najviše utjecao?

____ *Samo jednom, tada*

____ *Češće (Navedite koliko ste ukupno puta bili izloženi takvom događaju, ili to procijenite _____)*

ARQ Centrum'45

Ovdje slijedi lista problema koji ljudi ponekad mogu osjećati kao posljedicu nekog vrlo stresnog događaja. Molimo vas da pažljivo pročitate svaki opis, da pritom zamislite događaj koji je na vas najviše utjecao, te zatim odgovorite u kojoj ste mjeri, u proteklih mjesec dana, osjećali takve smetnje.

U kojoj ste mjeri, u proteklih mjesec dana, osjećali smetnje zbog:	***Uopće nisam***	***Malo***	***Umjereno***	***Prilično mnogo***	***Ekstremno mnogo***
1. Stalnog vraćanja istih, neugodnih i nepoželjnih sjećanja na tom stresnom događaju?					
2. Stalnog vraćanja istih, neugodnih snova o tom stresnom događaju?					
3. Iznenadnog osjećaja ili ponašanja kao da se taj vrlo stresni događaj stvarno ponavlja (kao da ste se vratili u vrijeme u kojem se taj događaj dogodio, te da ga ponovno proživljavate)?					
4. Velike potresenosti koju osjećate čim nešto vas podsjeća na taj vrlo stresni događaj?					
5. Jake tjelesne reakcije čim nešto vas podsjeća na taj vrlo stresni događaj (na primjer: lupanje srca, teškoće s disanjem, znojenje)?					
6. Izbjegavanja sjećanja, misli ili osjećaja koji su u vezi s tim vrlo stresnim događajem?					
7. Izbjegavanja stvari koje bi mogle izazvati sjećanja na taj vrlo stresni događaj (na primjer: određene osobe, mjesta, teme za razgovor, aktivnosti, predmeti ili situacije)?					
8. Teškoća da se sjetite važnih dijelova tog vrlo stresnog događaja?					
9. Jakih, negativnih uvjerenja o sebi, ili drugima, ili svijetu (na primjer: loš sam, nešto zaista nije u redu sa mnom, nikome se ne može vjerovati, svijet je skroz na skroz opasan?)					
10. Optuživanja sebe, ili drugih, zbog tog vrlo stresnog događaja, ili njegovih posljedica?					
11. Snažnih negativnih osjećaja poput straha, užasa, ljutnje, krivnje ili stida?					
12. Smanjenog interesa za aktivnosti kojima ste se ranije rado bavili?					
13. Osjećaja udaljenosti između sebe i drugih ljudi, ili otuđenosti od drugih ljudi?					

ARQ Centrum'45

14. Teškoća da osjećate pozitivne emocije (na primjer: ne možete se osjećati sretnim, ili osjećati ljubav za najbliže)?					
15. Preosjetljivosti, napada bijesa, ili svog agresivnog ponašanja?					
16. Izlaganja sebi prevelikim rizicima , ili činjenja stvari koje bi vam mogle nanijeti štetu?					
17. Stanja 'superpažljivosti, budnosti, opreznosti?					
18. Osjećaja nervoze ili uplašenosti?					
19. Teškoća sa koncentracijom?					
20. Teškoća da zaspite, ili s buđenjem noću ?					