

Опитувальник для скринінгу посттравматичного стресового розладу*

Опитувальник допомагає оцінити можливі симптоми посттравматичного стресового розладу. Вам буде запропоновано відповісти на серію запитань, які стосуються вашого емоційного стану, реакцій на стресові події та загального психологічного самопочуття. Намагайтеся відповідати чесно, обираючи той варіант, який найкраще описує ваші почуття та поведінку. Тест не є діагностичним інструментом, а лише допомагає виявити можливі прояви ПТСР. Результати тесту можуть стати корисним орієнтиром для подальших кроків у підтримці вашого психічного здоров'я. За потреби рекомендується звернутися до кваліфікованого психолога.

Запитання	Варіанти відповіді	
1. Чи уникаєте Ви нагадувань про травматичну подію шляхом уникнення певних місць, людей або діяльності?	так	ні
2. Чи втратили Ви інтерес до діяльності, яка колись була важливою або приємною?	так	ні
3. Чи стали Ви почувати себе більш далеким або ізольованим від інших людей?	так	ні
4. Чи втратили Ви здатність переживати почуття любові або прихильності до інших людей?	так	ні
5. Чи стали Ви думати, що немає ніякого сенсу будувати плани на майбутнє?	так	ні
6. Чи виникли у Вас проблеми із засинанням або сном?	так	ні
7. Чи стали Ви більш нервовим або дратівливим через звичайний шум чи рух?	так	ні
Кількість балів: _____ .		

Інтерпретація результатів:

4 і більше позитивних відповідей – підозра на ПТСР.

*Motruk, D. (2021). Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. посттравматичний стресовий розлад. *Ліки України*, 4(210), 6–14. [https://doi.org/10.37987/1997-9894.2017.4\(210\).222037](https://doi.org/10.37987/1997-9894.2017.4(210).222037)