


创伤后压力症量表

以下是一些人在经历了压力事故后会出现的问题。请细阅每一项目，然后在右方选上适当的数字代表你在过去一个月被该问题困扰的程度。

你所经历的那件事是发生于_____年_____月_____日的_____ (事情)。

	完全没有	少许	中度	相当大	极度	
1) 有关该压力事故重复地出现的回忆、思想、或影像，并且带来困扰？	1	2	3	4	5	R
2) 有关该压力事故的梦境重复出现并且带来困扰？	1	2	3	4	5	R
3) 突然地表现得或感觉到彷彿该压力事故再次重演一样 (彷如再次身历其境)？	1	2	3	4	5	R
4) 当有些事情令你想起该压力事故时会感到十分不安？	1	2	3	4	5	R
5) 当有些事情令你想起该压力事故时产生心理反应 (例如:心脏厉害地跳动、呼吸困难、冒汗)？	1	2	3	4	5	R
6) 避免想起或谈及该压力事故或有关的感觉？	1	2	3	4	5	A
7) 避免某些活动或场合 因为它们会令我想起该压力事故？	1	2	3	4	5	A
8) 难于记起该压力事故的重要环节？	1	2	3	4	5	A
9) 对从前喜欢的活动失去兴趣？	1	2	3	4	5	A
10) 感到与其他人有所距离或隔膜？	1	2	3	4	5	A
11) 觉得感情麻木或不能对亲密的人有爱的感觉？	1	2	3	4	5	A

 下接第 2 页

	完全 没有	少 许	中 度	相 当 大	极 度	
12) 感到仿佛自己的将来会提早终结?	1	2	3	4	5	A
13) 难于入睡或保持安睡?	1	2	3	4	5	H
14) 感到烦躁或有大发雷霆的情况?	1	2	3	4	5	H
15) 难于集中精神?	1	2	3	4	5	H
16) 处于[极度警觉]、提防或戒备的状态?	1	2	3	4	5	H
17) 我神经过敏或容易受到惊吓?	1	2	3	4	5	H

R	A	H

Posttraumatic Stress Disorder Checklist. Copyright © 1993 by Weathers, F. W., Litz, B. T., Herman, D. S., Huska, J. A., & Keane, T. M. (National Centre for Posttraumatic Stress Disorder [NCPTSD]) 保留所有权利。中文版由 Wu, K. K., & Chan, K. S. 翻译。经美国 NCPTSD 许可翻译复印。