


## 創傷後壓力症量表

以下是一些人在經歷了壓力事故後會出現的問題。請細閱每一項目，然後在右方選上適當的數字代表你在過去一個月被該問題困擾的程度。

你所經歷的那件事是發生於\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日的\_\_\_\_\_ (事情)。

	完全沒有	少許	中度	相當大	極度	
1) 有關該壓力事故重複地出現的回憶、思想、或影像，並且帶來困擾?	1	2	3	4	5	R
2) 有關該壓力事故的夢境重複出現並且帶來困擾?	1	2	3	4	5	R
3) 突然地表現得或感覺到彷彿該壓力事故再次重演一樣 (彷彿再次身歷其境)?	1	2	3	4	5	R
4) 當有些事情令你想起該壓力事故時會感到十分不安?	1	2	3	4	5	R
5) 當有些事情令你想起該壓力事故時產生心理反應 (例如:心臟厲害地跳動、呼吸困難、冒汗)?	1	2	3	4	5	R
6) 避免想起或談及該壓力事故或有關的感覺?	1	2	3	4	5	A
7) 避免某些活動或場合 因為它們會令我想起該壓力事故?	1	2	3	4	5	A
8) 難於記起該壓力事故的重要環節?	1	2	3	4	5	A
9) 對從前喜歡的活動失去興趣?	1	2	3	4	5	A
10) 感到與其他人有所距離或隔膜?	1	2	3	4	5	A
11) 覺得感情麻木或不能對親密的人有愛的感覺?	1	2	3	4	5	A

 下接第 2 頁

	完全沒有	少許	中度	相當大	極度	
12) 感到彷彿自己的將來會提早終結?	1	2	3	4	5	A
13) 難於入睡或保持安睡?	1	2	3	4	5	H
14) 感到煩燥或有大發雷霆的情況?	1	2	3	4	5	H
15) 難於集中精神?	1	2	3	4	5	H
16) 處於 [極度警覺]、提防或戒備的狀態?	1	2	3	4	5	H
17) 我神經過敏或容易受到驚嚇?	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]) 保留所有權利。中文版由 Wu, K. K., & Chan, K. S. (2002) 翻譯。經美國 NCPTSD 許可翻譯複印。