



<https://posttraumatic-integration.eu/>

Pracovný list: Test PTSD (Posttraumatickej stresovej poruchy)

Zdarma test PTSD od PsyCom-u

Pokyny: Nižšie je uvedený zoznam problémov, ktoré ľudia niekedy majú v reakcii na stresujúce životné skúsenosti. Prečítajte si pozorne každý z výrokov a rozhodnite, nakoľko vás tento problém obťažoval za posledný mesiac.

Opakujúce sa nepríjemné spomienky, myšlienky či obrazy vzťahujúce sa k stresujúcej udalosti z vašej minulosti?

- Nikdy
- Zriedka
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

Veľmi nepríjemné pocity, keď vám niečo pripomenie stresujúcu udalosť z minulosti?

- Nikdy
- Zriedka
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

Vyhýbanie sa aktivitám a situáciám, pretože vám stresujúcu udalosť z minulosti pripomínajú?

- Nikdy
- Zriedka



Číslo projektu: 2017-1-BE02-KA202-034725



<https://posttraumatic-integration.eu/>

- Niekedy
- Často
- Veľmi často

Pocit vzdialenosti a odpojenia od druhých ľudí?

- Nikdy
- Zriedka
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

Pocit podráždenosti a záchvaty hnevu?

- Nikdy
- Zriedka
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

Problémy s pozornosťou?

- Nikdy
- Zriedka
- Niekedy
- Často



<https://posttraumatic-integration.eu/>

○ Velmi často



Erasmus+

Číslo projektu: 2017-1-BE02-KA202-034725