



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

Radni listić: test na PTSP (posttraumatski stresni poremećaj)

PsyCom besplatni test na PTSP

Upute: Ovdje je popis problema koje ljudi ponekad doživljavaju nakon stresnih životnih iskustava. Pažljivo pročitajte svako pitanje i označite koliko vas je u **proteklih mjesec dana** mučio taj problem.

Vraćaju li vam se ponavljana, uznemirujuća sjećanja, misli ili slike iz traumatičnog iskustva iz prošlosti?

- Nikad
- Rijetko
- Ponekad
- Često
- Vrlo često

Osjećate li se vrlo uzrujano kad vas nešto podsjeti na traumatično iskustvo iz prošlosti?

- Nikad
- Rijetko
- Ponekad
- Često
- Vrlo često

Izbjegavate li aktivnosti ili situacije koje vas podsjećaju na stresno iskustvo iz prošlosti?

- Nikad
- Rijetko
- Ponekad
- Često
- Vrlo često

Osjećate li se distancirano ili odsječeno od drugih ljudi?

- Nikad
- Rijetko
- Ponekad



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

- Često
- Vrlo često

Osjećate li se razdražljivo i imate li izljeve ljutnje?

- Nikad
- Rijetko
- Ponekad
- Često
- Vrlo često

Imate li poteškoća u koncentraciji?

- Nikad
- Rijetko
- Ponekad
- Često
- Vrlo često