



CENTER-TBI

Collaborative European NeuroTrauma Effectiveness Research in TBI
A 2020 vision: Generating knowledge for improving TBI outcomes

Posttraumatic Stress Disorder Checklist (PCL-5, past week) - Romanian Version

Instrucțiuni: Mai jos aveți o listă de probleme pe care le pot avea uneori oamenii ca răspuns la o experiență foarte stresantă. Vă rugăm să citiți cu atenție fiecare problemă și să încercați unul din numerele din dreapta care indică cât de mult v-a deranjat această problemă în ultima săptămână.

În ultima săptămână cât de mult ați fost deranjat de:	Deloc	Puțin	Moderat	Destul de mult	Foarte mult
1. Amintiri repetate, deranjante și nedorite ale experienței stresante?	0	1	2	3	4
2. Vise repetate, deranjante ale experienței stresante?	0	1	2	3	4
3. A simți sau acționa dintr-o dată ca și cum experiența stresantă s-ar întâmpla din nou (ca și cum ați retrăi-o)?	0	1	2	3	4
4. A vă simți foarte supărat când ceva v-a amintit de experiența stresantă?	0	1	2	3	4
5. A avea reacții fizice puternice când ceva v-a amintit de experiența stresantă (de exemplu vă bate inima puternic, vă e greu să respirați, transpirați)?	0	1	2	3	4
6. A evita amintirile, gândurile sau sentimentele legate de experiența stresantă?	0	1	2	3	4
7. A evita amintirile externe legate de experiența stresantă (de exemplu oameni, locuri, conversații, activități, obiecte sau situații)?	0	1	2	3	4
8. A avea probleme să vă amintiți părți importante din experiența stresantă?	0	1	2	3	4
9. A avea păreri puternic negative despre propria persoană, despre alți oameni sau despre lume (de exemplu a avea gânduri cum ar fi: Sunt rău, este ceva foarte în neregulă cu mine, nu se poate avea încredere în nimeni, lumea este foarte periculoasă)?	0	1	2	3	4

10. A vă învinovați pe dumneavoastră sau pe alții pentru experiența stresantă sau pentru ceea ce s-a întâmplat după aceea?	0	1	2	3	4
11. A avea sentimente puternic negative cum ar fi frică, groază, mânie, vinovăție sau rușine?	0	1	2	3	4
12. Lipsa de interes față de activitățile care vă făceau plăcere înainte?	0	1	2	3	4
13. Sentimentul de distanțare sau că sunteți îndepărtat de ceilalți oameni?	0	1	2	3	4
14. Dificultăți de a trăi sentimente pozitive (de exemplu, fiind în imposibilitatea de a simți fericirea sau de a avea sentimente de dragoste pentru oameni care vă sunt aproape)?	0	1	2	3	4
15. Comportament iritabil, accese de furie sau acțiuni agresive?	0	1	2	3	4
16. A vă asuma prea multe riscuri sau de a face lucruri care vă pot răni?	0	1	2	3	4
17. A fi în stare de alertă sau de vigilență sau în gardă?	0	1	2	3	4
18. A vă simți agitat sau de a vă speria ușor?	0	1	2	3	4
19. A avea dificultăți de concentrare?	0	1	2	3	4
20. Probleme de a adormi sau de a dormi?	0	1	2	3	4

© F. Weathers et al. (8/14/2013)

Când ați răspuns la întrebările din acest chestionar, au fost răspunsurile dumneavoastră raportate la experiența stresantă care v-a cauzat traumatismul cranian?

Da Nu