

مقياس كرب ما بعد الصدمة للطفل من 7-12 سنة
 عزيزي: أمامك مجموعة من الأسئلة التي تقيس ردود الفعل على الأحداث الصعبة في خلال
 الشهر الماضي التي قد يتعرض لها من هم في سنك في أوقات الحروب . برجاء وضع دائرة
 حول الإجابة الصحيحة

الرقم	البند	لا	قليلاً	أحياناً	كثيراً	غالباً
1	أترقب دائماً شيء خطير أو أشياء أخرى أخاف منها ممكن تحدث لي	0	1	2	3	4
2	عندما يذكرني أحد بالحدث الذي واجهته ، أصاب بالقلق ، و التوتر، و الحزن .	0	1	2	3	4
3	تنتابني أفكار ، أصوات ، صور ، لما حدث لي بدون رغبة مني في استرجاعها	0	1	2	3	4
4	أشعر بالغضب الشديد ، التهيج .	0	1	2	3	4
5	أعاني من أحلام مزعجة تتعلق بما تعرضت له .	0	1	2	3	4
6	أشعر بأن ما حدث لي سيحدث مرة أخرى الآن ، كما لو أنني أعيش في نفس الحدث مرة أخرى الآن .	0	1	2	3	4
7	أحب أن أكون لوحدي و ليس مع أصدقائي .	0	1	2	3	4
8	أحس بأنني وحيد و لست قريباً من أحد	0	1	2	3	4
9	أحاول بالآأ أتحدث ، أفكر ، أشعر بما حدث لي .	0	1	2	3	4
10	أعاني من صعوبات في الشعور بالسعادة ، أو حب الآخرين .	0	1	2	3	4
11	أعاني من صعوبات في الشعور بالحزن و الغضب .	0	1	2	3	4
12	أشعر بأنني أتهيج بسرعة ، أو أتفرز لمجرد سماع صوت عالي ، أو أحد يفاجئني بسرعة .	0	1	2	3	4
13	لدي صعوبة في الذهاب للنوم ، و أصبحوا كثيراً في الليل.	0	1	2	3	4
14	أشعر بان ما حدث لي هو غلطتي أنا .	0	1	2	3	4
15	لدي صعوبات في تذكر الأحداث التي تعرضت لها .	0	1	2	3	4
16	عندي صعوبة في التركيز و الانتباه .	0	1	2	3	4
17	أتجنب الأشخاص ، الأماكن ، الأشياء التي تذكرني بالحدث الصادم .	0	1	2	3	4
18	عندما يذكرني أحدهم بما حدث ، أشعر بقشعريرة في جسمي ، و سرعة في ضربات القلب ، وجع في المعدة ، صداع .	0	1	2	3	4
19	أعتقد بأنني لن أعيش لفترة طويلة ، و سيكون عمري قصير .	0	1	2	3	4
20	أخاف من أن أشياء سيئة سوف تحدث لي .	0	1	2	3	4

مقياس كرب ما بعد الصدمة (تقرير الأم)

عزيزي: أمامك مجموعة من الأسئلة التي تقيس ردود الفعل على الأحداث الصعبة في خلال الشهر

الماضي التي قد يكون تعرض لها طفلك في أوقات الحروب . برجاء وضع دائرة حول الإجابة الصحيحة

الرقم	البنود	لا	قليلاً	أحياناً	كثيراً	غالباً
1	يتربقب طفلي دائماً شيء خطير ممكن يحدث أو أشياء أخرى يخاف منها .	0	1	2	3	4
2	عندما يذكره أحد بالحدث الذي واجهه ، يصاب بالقلق ، و التوتر ، و الحزن .	0	1	2	3	4
3	طفلي تنتابه أفكار ، أصوات ، صور ، لما حدث له بدون رغبة منه في استرجاعها .	0	1	2	3	4
4	يشعر ابني بالغضب الشديد ، التهيج .	0	1	2	3	4
5	طفلي يعاني من أحلام مزعجة تتعلق بما تعرض له .	0	1	2	3	4
6	يشعر ابني بأن ما حدث له سيحدث مرة أخرى الآن ، كما لو أنه يعيش في نفس الحدث مرة أخرى الآن .	0	1	2	3	4
7	يحب ابني أن يكون لوحده و ليس مع أصدقائه .	0	1	2	3	4
8	طفلي يحس بأنه وحيد و ليس قريباً من أحد .	0	1	2	3	4
9	يحاول طفلي بالألا يتحدث ، يفكر ، ، يشعر بما حدث له .	0	1	2	3	4
10	طفلي يعاني من صعوبات في الشعور بالسعادة ، أو حب الآخرين .	0	1	2	3	4
11	يعاني ابني من صعوبات في الشعور بالحزن و الغضب .	0	1	2	3	4
12	طفلي يتهيج بسرعة ، أو يتفرز لمجرد سماع صوت عالي ، أو أحد يفاجئه بسرعة .	0	1	2	3	4
13	ابني لديه صعوبة في الذهاب للنوم ، و يصحوا كثيراً في الليل.	0	1	2	3	4
14	يشعر ابني بان ما حدث له غلطته هو .	0	1	2	3	4
15	طفلي لديه صعوبات في تذكر الأحداث التي تعرض لها .	0	1	2	3	4
16	طفلي عنده صعوبة في التركيز و الانتباه .	0	1	2	3	4
17	يتجنب ابني الأشخاص ، الأماكن ، الأشياء التي تذكره بالحدث الصادم	0	1	2	3	4
18	طفلي عندما يذكره أحدهم بما حدث ، يشعر بقشعريرة في جسمه ، و سرعة في ضربات القلب ، و وجع في المعدة ، صداع .	0	1	2	3	4
19	طفلي يعتقد بأنه لن يعيش لفترة طويلة ، و سيكون عمره قصير .	0	1	2	3	4
20	طفلي يخاف من أن أشياء سيئة سوف تحدث له .	0	1	2	3	4
21	يلعب ابني ألعاب ، و يرسم رسوم كلها تتعلق بما حدث له .	0	1	2	3	4

مقياس كرب ما بعد الصدمة للمراهقين (13 سنة و ما فوق)

عزيزي: أمامك مجموعة من الأسئلة التي تقيس ردود الفعل على الأحداث الصعبة في خلال الشهر الماضي التي قد يتعرض لها من هم في سنك في أوقات الحروب . برجاء وضع دائرة حول الإجابة الصحيحة

الرقم	البند	لا	قليلاً	أحياناً	كثيراً	غالباً
1	أترقب دائماً شيء خطير ممكن يحدث أو أشياء أخرى أخاف منها	0	1	2	3	4
2	عندما يذكرني أحد بالحدث الذي واجهته ، أصاب بالقلق ، و التوتر، و الحزن .	0	1	2	3	4
3	تنتابني أفكار ، أصوات ، صور ، لما حدث لي بدون رغبة مني في استرجاعها	0	1	2	3	4
4	أشعر بالغضب الشديد ، التهيج .	0	1	2	3	4
5	أعاني من أحلام مزعجة تتعلق بما تعرضت له .	0	1	2	3	4
6	أشعر بأن ما حدث لي سيحدث مرة أخرى الآن ، كما لو أنني أعيش في نفس الحدث مرة أخرى الآن .	0	1	2	3	4
7	أحب أن أكون لوحدي و ليس مع أصدقائي .	0	1	2	3	4
8	أحس بأنني وحيد و لست قريباً من أحد	0	1	2	3	4
9	أحاول بالأأأتحدث ، أفكر ، ، أشعر بما حدث لي .	0	1	2	3	4
10	أعاني من صعوبات في الشعور بالسعادة ، أو حب الآخرين .	0	1	2	3	4
11	أعاني من صعوبات في الشعور بالحزن و الغضب .	0	1	2	3	4
12	أشعر بأنني أتهيج بسرعة ، أو أتفرز لمجرد سماع صوت عالي ، أو أحد يفاجئني بسرعة .	0	1	2	3	4
13	لدي صعوبة في الذهاب للنوم ، و أصحوا كثيراً في الليل.	0	1	2	3	4
14	أشعر بان ما حدث لي هو غلطتي أنا .	0	1	2	3	4
15	لدي صعوبات في تذكر الأحداث التي تعرضت لها .	0	1	2	3	4
16	عندي صعوبة في التركيز و الانتباه .	0	1	2	3	4
17	أتجنب الأشخاص ، الأماكن ، الأشياء التي تذكرني بالحدث الصادم	0	1	2	3	4
18	عندما يذكرني أحدهم بما حدث ، أشعر بقشعريرة في جسمي ، و سرعة في ضربات القلب ، وجع في المعدة ، صداع .	0	1	2	3	4
19	أعتقد بأنني لن أعيش لفترة طويلة ، و سيكون عمري قصير .	0	1	2	3	4
20	أجادل كثيراً و أتعارك جسدياً مع الآخرين .	0	1	2	3	4
21	أشعر بالتشاؤم و السلبية تجاه مستقبلي .	0	1	2	3	4
22	أخاف من أن أشياء سيئة سوف تحدث لي .	0	1	2	3	4