

Опросник скрининга травмы (TSQ) представляет собой список симптомов из 10 пунктов, который был разработан для использования с людьми, пережившими посттравматический стресс любого рода. Опросник скрининга травмы (TSQ) основан на пунктах из Шкалы симптомов посттравматического расстройства (PTSD) — Самоотчет (PSS-SR; Foa et al., 1993) и включает пять пунктов повторного переживания и пять пунктов активации.

Респондентов просят выбрать те пункты, с которыми они столкнулись не менее двух раз за последнюю неделю. Согласно теории Brewin et al. (2002), результат считается «положительным», если выбрано не менее шести пунктов.



## Опросник скрининга травмы (TSQ)

Если вы недавно подверглись потенциально травмирующему событию (а PTE), здесь представлен инструмент, который может помочь вам определить, следует ли вам искать дополнительную помощь для восстановления после его последствий. Испытывали ли Вы что-либо из перечисленного:

	ДА не менее двух раз за последнюю неделю	НЕТ
1. Расстраивающие мысли или воспоминания о событии, которые пришли вам в голову помимо вашей воли		
2. Удручающие сны о событии		
3. Вы действовали или чувствовали, как будто событие происходит снова		
4. Расстраивались из-за напоминаний о событии		
5. Телесные реакции (например, учащенное сердцебиение, вздутие живота)		
6. Трудности с засыпанием или сном		
7. Раздражительность или вспышки гнева		
8. Сложности с концентрацией		
9. Повышенное осознание потенциальных опасностей для себя и других		
10. Чувство нервозности или испуга от чего-то неожиданного		