

국제외상질문지 한국판 (International Trauma Questionnaire Korean version)

자신을 가장 힘들게 하는 과거 사건을 떠올리시고 이와 관련하여 다음 질문에 답해 주십시오.

이 경험을 간략하게 기술해 주십시오. _____

이 경험은 언제 일어났습니까? (아래 중 하나에 표시해 주십시오.)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. 6개월 안 됨 | 4. 5-10년 전 |
| 2. 6-12개월 전 | 5. 10-20년 전 |
| 3. 1-5년 전 | 6. 20년 더 됨 |

다음은 충격적이거나 스트레스가 되는 사건 후 사람들이 때로 겪을 수 있는 어려움입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽고, 귀하가 지난 한 달 동안 해당 어려움으로 얼마나 괴로웠는지 알맞은 번호에 표시하십시오.

	전혀 아니다	약간 그렇다	보통 그렇다	상당히 그렇다	극도로 그렇다
1. 사건 일부분이 반복되는 꿈 혹은 사건과 관련한 고통스러운 꿈을 꾸십니까?	0	1	2	3	4
2. 마치 사건이 지금-여기에서 다시 일어나는 느낌을 주는 강렬한 심상과 기억이 마음 속에 떠오릅니까?	0	1	2	3	4
3. 사건을 기억나게 하는 내면 상태(예: 생각, 감정, 신체 감각)를 피하려 합니까?	0	1	2	3	4
4. 사건을 기억나게 하는 외부 상황(예: 관련된 사람, 장소, 대화, 물건, 활동, 상황)을 피하려 합니까?	0	1	2	3	4
5. 극도로 작성되어 있거나, 조심하거나, 경계합니까?	0	1	2	3	4
6. 화들짝 소스라치거나 갑자기 잘 놀랍니까?	0	1	2	3	4
지난 한 달 동안 위와 같은 증상이					
7. 대인 관계나 사회 생활에 영향을 주었습니까?	0	1	2	3	4
8. 일이나 업무 능력에 영향을 주었습니까?	0	1	2	3	4
9. 중요한 삶의 일부, 예를 들어, 자녀 양육, 학업 등 다른 중요한 활동에 영향을 주었습니까?	0	1	2	3	4

다음은 스트레스 혹은 충격적인 사건을 경험한 사람이 때로 겪을 수 있는 문제나 증상입니다. 자기 자신에 대해 보통 느끼거나 생각하는 바, 혹은 내가 다른 사람과 보통 관계하는 방식에 관한 질문입니다. 각 문항이 평소 자신과 얼마나 일치한다고 생각하는지 알맞은 번호에 표시해 주십시오.

다음이 자신과 얼마나 비슷합니까?	전혀 아니다	약간 그렇다	보통 그렇다	상당히 그렇다	극도로 그렇다
1. 마음이 고통스러워지면 진정하는 데 오랜 시간이 걸린다.	0	1	2	3	4
2. 느낌이 잘 안 느껴지고 감정이 막혀버린 느낌이다.	0	1	2	3	4
3. 나는 실패자 같다.	0	1	2	3	4
4. 내가 무가치한 느낌이다.	0	1	2	3	4
5. 사람들로부터 멀어지고 단절된 느낌이다.	0	1	2	3	4
6. 사람들과 정서적으로 가깝게 지내기 어렵다.	0	1	2	3	4
지난 한 달 동안, 감정, 나 자신에 대한 생각, 관계에 관한 위와 같은 어려움이...					
7. 대인관계나 사회 생활에 문제나 곤고움을 주었습니까?	0	1	2	3	4
8. 일이나 업무 능력에 영향을 주었습니까?	0	1	2	3	4
9. 중요한 삶의 일부, 예를 들어, 자녀 양육, 학업 등 다른 중요한 활동에 영향을 주었습니까?	0	1	2	3	4