

# Global Psychotrauma Screen (GPS)

□□□□□

参加者编号

性别

女

男

其它

年龄 (岁)

□□□□

**我们生活中有时候会发生一些异常可怕、令人震惊或者具有创伤性的事件。**

**请简要描述一下这件目前给你带来最大影响的事情或者经历：**

.....

**这件事发生在：**  上个月  过去半年  去年  更久之前

**这件事：**

只发生了一次，在我： [岁]

长期发生/发生好几次，在我： [岁] - [岁]

**下面哪些选项描述了这件事（可以多选）：**

肢体暴力： 发生在你自己身上  发生在别人身上

性暴力： 发生在你自己身上  发生在别人身上

情绪虐待： 发生在你自己身上  发生在别人身上

严重伤害： 发生在你自己身上  发生在别人身上

生命威胁： 发生在你自己身上  发生在别人身上

爱的人忽然去世。

你造成了对他人的伤害。

新型冠状病毒(COVID-19)

**根据上面提到这件事，在过去的一个月里，你是否....**

1. ... 做过与这件/些事有关的噩梦或不由自主地想到这件/些事，即使你并不想这么回想？  否  是

2. ... 努力地尝试过不再想这件/些事，或特意回避那些让你想到这件/些事情的情境？  否  是

3. ... 持续地处在警觉、警惕或容易受惊吓的状态？  否  是

4. ... 感觉麻木，或感觉与其他人、其他活动以及你周围的环境疏远？  否  是

5. ... 感到内疚，或因为这件/些事及其引发的任何问题不停地责备自己或者怪罪他人？  否  是

6. ... 容易感到没有价值？  否  是

7. ... 曾经失控发火？  否  是

8. ... 感觉过紧张、焦虑或不安？  否  是

9. ... 无法停止或控制自己的担心？  否  是

10.	.. 感到过低落、沮丧或绝望？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
11.	.. 做事缺乏兴趣或乐趣？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
12.	.. 难以入睡或者容易睡醒？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
13.	.. 尝试过故意弄伤自己？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
14.	.. 对他人和世界的感知发生了改变，觉得有些事情像是在梦里一样，奇怪或不真实？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
15.	.. 感到过与你的身体脱离或者分离开（例如，感觉你从上方俯视自己，或者你像是自己身体的外部观察者）？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
16.	.. 还有其它别的身體、情緒、社交方面的问题困扰着你？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
17.	.. 经历过其它压力事件（比如：经济问题，换工作，搬家，工作或者生活中的人际关系危机）？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
18.	.. 尝试过通过饮酒、吸烟、服用毒品或者药物来缓解紧张？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
19.	.. 周围缺乏可以在困境中向你伸出援手，给你支持的人（比如，给你情感上的依靠，帮你照顾孩子或宠物，开车带你去医院或者去商店，在你生病时帮忙）？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
20.	在你 <b>小的时候</b> （从出生到18岁），你是否经历过一些创伤性的生活事件（例如，严重的意外事故或火灾，受到躯体或性骚扰/虐待，经历灾难，目睹他人被杀害或严重受伤，或者亲密的人去世）？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
21.	你是否 <b>曾经</b> 被诊断出精神疾病，或者因为心理问题（例如抑郁、焦虑或者人格障碍）接受治疗？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
22.	<b>总体上</b> 你认为自己是一个有心理韧性的人吗？	<input type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 是
23.	您如何评价自身现在（在工作中/在家）的功能状况？		
	糟糕	1	2
		3	4
		5	6
		7	8
		9	10
			非常好