**急性应激症状严重程度量表—成人版**

姓名： 年龄： 性别：男 女 日期： 年 月 日

请列出你所经历过的创伤性体验：

创伤性事件的日期：

**指导语：** 有时，人们在经历过极端压力性事件或经历之后会受到困扰。一些问题会在极端性压力事件或体验后出现或程度加重。在过去七天内，你在多大程度上受到以下问题的困扰？ 请通过标记（ ✔或x ）来回答每一个题目。

|  |  |
| --- | --- |
|  | 临床工作者使用 |
|  | **完全 没有** | **有一点** | **中度** | **相当多** | **极多** | 条目分数 |
| 1. | 有“闪回”的经历，也就是说，你突然表现出或感觉到好像过去一种让你紧张的经历整个又发生了一遍（举例来说，你可能通过看、听、闻或者身体感觉的方式，重新体验了这次压力经历的一些片段）？ | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |  |
| 2. | 当有些事情让你想起某次充满压力的经历时，你会非常沮丧。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |  |
| 3. | 你会感觉与自己、自己的身体、周遭环境、记忆相疏离或有距离吗？ | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |  |
| 4. | 你会试图回避那些使你想起压力经历的想法，感受或者躯体感觉吗？ | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |  |
| 5. | 你会“非常警觉”，或者持续地留意是否有危险吗？ | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |  |
| 6. | 当听到意外响声时，你会一惊一乍，或容易感到心惊肉跳吗？ | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |  |
| 7. | 你会极度烦躁或愤怒，以致于对别人大吼大叫、跟人打架或破坏物品？ | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |  |
| 总体／部分原始得分： |  |
| 按比例计算得分：（若有1-2个条目未填写） |  |
|  平均分： |  |