

PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5)

תיאור השאלון: שאלון לדיווח עצמי למבוגרים, של (Weathers et al. 2013), אשר מטרתו לבחון את הימצאותם של תסמיני הפרעת דחק פוסט-טראומטית, על פי הקריטריונים של DSM-5. תרגום לעברית, משרד הביטחון מדינת ישראל, תרגום לערבית דרך the National Center for Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). השאלון נועד לערוך סקירה כללית של תסמיני ההפרעה, לבצע אבחון זמני, או לעקוב אחר השינוי הסימפטומטי במהלך טיפול ואחריו. עם זאת, יש לשים לב, כי שאלון זה בלבד לא מהווה כלי מספק לאבחון ההפרעה, ולשם כך יש צורך לערוך ראיון קליני מקיף המותאם לצרכים אלו כגון, The Clinician-Administered PTSD Scale (CAPS-5).

השאלון כולל 20 פריטים, אשר משקפים את תסמיני ההפרעה ב- DSM-5. על כל פריט מתבקש הנבחן לתאר עד כמה הפריעה לו הבעיה המתוארת במהלך החודש האחרון, בסולם ליקרט בן 5 דרגות (0 = כלל לא, 4 = באופן קיצוני).

שאלון זה נמצא בשימוש תדיר קליני ומחקרי, ובעל נתונים פסיכומטריים טובים - מהימנות עקביות פנימית $\alpha = .96$, מהימנות מבחן-מבחן חוזר $r = 0.85$, ומדדי תקפות מבנה ותקפות מבחינה ומתכנסת גבוהים (Bovin et al., 2016; Wortmann et al., 2016).

צינון השאלון: השאלון כולל ציון כללי אשר כולל את סך 20 הפריטים, וציונים תתי סולמות המותאמים לאשכולות (clusters) ההפרעה על פי DSM-5:

אשכול B – פריטים 1-5: חשיבה חודרנית על האירוע

אשכול C – פריטים 6-7: תסמיני הימנעות

אשכול D – פריטים 8-14: שינויים בתפקודים הקוגניטיביים ובמצב הרוח הנובעים, מתרחשים או מחמירים בעקבות האירוע הטראומטי

אשכול E – פריטים 15-20: עוררות יתר

פירוש המבחן: כאמור, מומלץ לא לאבחן את ההפרעה על פי שאלון זה בלבד. עם זאת, לשם סינון ראשוני של ההפרעה, ניתן לבחון את קיום התסמינים, בהתאם לקריטריונים של DSM-5. דהיינו, צינון של 2 ומעלה (דיווח עצמי של רמת חומרה 'בינונית' או גבוהה יותר), יהווה אינדיקציה לקיומו של התסמין – ויש לבחון את קיומם של לפחות: פריט אחד מאשכול B (פריטים 1-5), פריט אחד מאשכול C (פריטים 6-7), 2 פריטים מאשכול D (פריטים 8-15), ו-2 פריטים מאשכול E (פריטים 15-20). בנוסף, יש לזכור שלשם אבחון ההפרעה יש להעריך גם את קיומו של קריטריון A – דהיינו את קיומה של חשיפה או עדות לאירוע טראומטי אשר מהווה איום לשלמות הגוף של האדם או של אחרים. אירוע אשר ממנו נובעים תסמיני ההפרעה. הערכה זו יכולה להיעשות על ידי ראיון קליני מקדים, על ידי שימוש בשאלון ספציפי לצרכים אלו (ראו לדוגמא, סקר אירועי חיים/רשימת אירועים מלחיצים, הכלולים באוגדן זה), או בחלק נוסף של השאלון הנועד לבחינת הקריטריון (אשר אינו נכלל באוגדן זה, לפירוט ראו:

https://www.ptsd.va.gov/professional/assessment/documents/PCL-5_criterionA.pdf).

אוגדן שאלונים לדיווח עצמי – הועדה המקצועית לפסיכולוגיה קלינית, משרד הבריאות

ככלל ככל שהציון הכללי של השאלון גבוה יותר, כך הוא משקף רמת תסמינים חמורה יותר של ההפרעה הפוסט טראומטית. בשלב זה, ההצעה הינה להשתמש בציון חתך של 33 לשם אבחון ראשוני של ההפרעה. עם זאת, מציינים החוקרים כי מדובר בהצעה ראשונית בלבד, שיתכן שתשתנה בעתיד. עוד הם מציעים להשתמש בנקודות חתך שונות בהתאם לצרכי המערכת הטיפולית והצרכים הקליניים. כך ניתן להשתמש בנקודת חתך נמוכה יותר, במטרה למקסם את הגילוי של מטופלים הסובלים מההפרעה, ולהשתמש בנקודת חתך גבוהה יותר, כאשר מנסים למזער תוצאות חיוביות שגויות (Weathers et al., 2013). בנוסף, ניתן להשתמש בציון השאלון, כדי לבחון את ההשפעה של הטיפול בתסמיני ההפרעה – כאשר מוצא כי ירידה של 5 נקודות בציון הכולל מסמנת הקלה משמעותית בסימפטומים, ואילו ירידה של 10-20 נקודות מציינת שינוי טיפולי משמעותי (Weathers et al., 2013).

שלמי תודות: באיתור והכנת השאלון לערבית, סייעה גב' נור עאבד.

מקורות:

Bovin, M. J., Marx, B. P., Weathers, F. W., Gallagher, M. W., Rodriguez, P., Schnurr, P. P., & Keane, T. M. (2016). Psychometric properties of the PTSD checklist for diagnostic and statistical manual of mental disorders–fifth edition (PCL-5) in veterans. *Psychological Assessment*, 28(11), 1379.

Weathers, F.W., Litz, B.T., Keane, T.M., Palmieri, P.A., Marx, B.P., & Schnurr, P.P. (2013). The PTSD Checklist for *DSM-5* (PCL-5). Scale available from the National Center for PTSD at www.ptsd.va.gov.

Wortmann, J. H., Jordan, A. H., Weathers, F. W., Resick, P. A., Dondanville, K. A., Hall-Clark, B., ... & Mintz, J. (2016). Psychometric analysis of the PTSD Checklist-5 (PCL-5) among treatment-seeking military service members. *Psychological assessment*, 28(11), 1392.

לפרטים נוספים:

https://www.ptsd.va.gov/professional/assessment/documents/PCL-5_Standard.pdf

שאלון PCL-5

להלן רשימה של בעיות ותופעות מהן סובלים לעיתים אנשים בתגובה לאירועי חיים מלחיצים. אנא קרא/י בתשומת לב כל שורה, והקף/י בעיגול את אחת הספרות שמשמאל כדי לציין באיזו מידה הפריע לך בעיה זו בחודש האחרון.

באופן קיצוני	במידה רבה	באופן בינוני	במידה מועטה	כלל לא	בחודש האחרון עד כמה הפריעו לך:
4	3	2	1	0	1. זיכרונות טורדניים, חוזרים ולא רצויים של החוויה הטראומטית?
4	3	2	1	0	2. חלומות טורדניים, חוזרים של החוויה הטראומטית?
4	3	2	1	0	3. הרגשה או התנהגות פתאומית כאילו החוויה הטראומטית ממש שבה ומתרחשת שוב (כאילו את/ה ממש חי/ה אותו שוב)?
4	3	2	1	0	4. הרגשת מצוקה כאשר משהו הזכיר לך את החוויה הטראומטית?
4	3	2	1	0	5. תגובות גופניות חזקות כאשר משהו הזכיר לך את החוויה הטראומטית (למשל, דפיקות לב, קשיי נשימה, הזעה)?
4	3	2	1	0	6. הימנעות ממחשבות, רגשות או תחושות גופניות שהזכירו לך את החוויה הטראומטית, (כלומר גורמים מתוך עצמך ולא גורמים חיצוניים)?
4	3	2	1	0	7. הימנעות מגורמים חיצוניים שהזכירו לך את החוויה הטראומטית (כמו: אנשים, מקומות, שיחות, חפצים, פעילויות או מצבים)?
4	3	2	1	0	8. קושי לזכור חלקים חשובים מתוך החוויה הטראומטית?

4	3	2	1	0	9. אמונות שליליות חזקות על עצמך, או על אנשים אחרים, או על העולם? (למשל, אני אדם רע, משהו ממש לא בסדר איתי, אי אפשר לסמוך על אף אחד, העולם הוא מקום מסוכן לגמרי)
4	3	2	1	0	10. האשמה של עצמך או של מישהו אחר על מה שקרה באירוע או אחריו?
4	3	2	1	0	11. רגשות שליליים חזקים כמו פחד או אימה, כעס, אשמה או בושה?
4	3	2	1	0	12. אובדן עניין בפעילויות מהן נהגת ליהנות?
4	3	2	1	0	13. תחושה של ריחוק או ניתוק מאנשים אחרים?
4	3	2	1	0	14. קושי להרגיש רגשות חיוביים (למשל: אינך מסוגל/ת לחוש רגשות אוהבים כלפי הקרובים אליך או הרגשה של קהות רגשית)?
4	3	2	1	0	15. הרגשת עצבנות או כעסנות או התנהגות תוקפנית?
4	3	2	1	0	16. לקיחת יותר מידי סיכונים, או עשיית דברים שיכולים להזיק לעצמך?
4	3	2	1	0	17. תחושה של "דריכות על", עמידה על המשמר או ערנות מוגברת במיוחד?
4	3	2	1	0	18. הרגשה שאתה נוטה להיבהל בקלות או מאוד קופצני?
4	3	2	1	0	19. קשיים בריכוז?
4	3	2	1	0	20. קשיים להירדם או להשאר ישן/ה?