



חטיבת הרפואה
יחידת הפסיכולוגיה הארצית | הפסיכולוג הארצי
National Psychology Unit – Chief Psychologist

משרד
הבריאות
לחיים בריאים יותר

استبانة CPTCI

נريد ان نعرف عن الافكار والمشاعر التي لربما كانت لديك بعد تجربة مخيفة. أمامك عدة جمل، لربما بعضها يعكس افكارك وبعضها الاخر لا. رد فعل الناس على احداث تسبب الصدمة أو الخوف قد يكون بطرق مختلفة، لذلك لا توجد اجابة صحيحة او غير صحيحة لهذه الجمل.

اقرأ/ي كل جملة بتمعن واكتب/ي الرقم المناسب بجوار الجملة الذي يعبر عن مدى موافقتك او عدم موافقتك على الجملة:

4	3	2	1
انا اوافق جدًا	انا اوافق قليلا	انا لا اوافق بشكل جزئي	انا لا اوافق بشدة

1. ____ ممكن لأي شخص ان يؤذيني.

2. ____ الجميع يخيبون آمالي.

3. ____ انا جبان/جبانة.

4. ____ ردود افعالي منذ الحدث المخيف تشير الى انني تغيرت للأسوأ.

5. ____ انا لا اثق في الناس.

6. ____ ردود افعالي منذ الحادث المخيف تشير الى ان هنالك شيئا خاطئا للغاية معي.

7. ____ انا بدون قيمة.



חטיבת הרפואה
יחידת הפסיכולוגיה הארצית | הפסיכולוג הארצי
National Psychology Unit – Chief Psychologist

**משרד
הבריאות**
לחיים בריאים יותר

4	3	2	1
אני אوافق جدًا	אני אوافق قليلا	אני לא אوافق بشكل جزئي	אני לא אوافق بشدة

8. ____ כונוני לא أستطيع التغلب على كل مخاوفي يعني بآني فاشل/فأشلة.

9. ____ أأشياء صغيرة تثير غضبي.

10. ____ أنا لا أستطيع التعامل مع الأمور عندما تصبح صعبة.

11. ____ لا أستطيع منع الأشياء السيئة من الحدث لي.

12. ____ يجب أن أكون حذرا/ة من الخطر طوال الوقت.

13. ____ إن ردود أفعالي منذ الحدث المخيف تشير إلى أنني لن أقدر أن أتعامل معه أبداً.

14. ____ كنت إنساناً/ة سعيداً/ة ولكني الآن حزينا/ة كل الوقت.

15. ____ أشياء سيئة تحدث طوال الوقت.

16. ____ لن أستطيع أبداً أن أشعر بمشاعر طبيعية من جديد.

17. ____ أخاف أن أكون غاضبا جداً إلى درجة كسر شيء ما أو إيذاء شخص ما.

18. ____ الحياة ليست عادلة.

19. ____ تدمرت حياتي بسبب الحدث المخيف.

20. ____ أشعر بأنني شخص آخر منذ الحادث المخيف.



חטיבת הרפואה
יחידת הפסיכולוגיה הארצית | הפסיכולוג הארצי
National Psychology Unit – Chief Psychologist

משרד
הבריאות
לחיים בריאים יותר

4	3	2	1
אנא אוافק גְדָא	אנא אוافק קלילא	אנא לא אוافק בשל גרְזִי	אנא לא אוافק בשְדָה

____ 21. רדוד אفعالي منذ الحادث المخيف تشير إلى أنني قد جننت.

____ 22. לא اتوقع ان يحدث لي شيء جيد في المستقبل.

____ 23. سيحدث لي شيء سيئ إذا لم أستطع السيطرة على افكاري بخصوص الحادث المخيف.

____ 24. الحادث المخيف غيرني كلياً.

____ 25. واجب عليّ أن اتوخى الحذر لأن شيئاً سيئاً سوف يحصل.

National Chief Psychologist's Office
Ministry of Health

5 Harabi Mebachrach St. Tel Aviv-Jaffa 66849
call.habriut@moh.health.gov.il
Tel: *5400 Fax: 02-5655918



משרד הפסיכולוג הארצי
משרד הבריאות

רח' הרבי מבכרך 5, תל אביב-יפו 66849
call.habriut@moh.health.gov.il
טל: *5400 פקס: 02-5655918