

編號:

事件衝擊量表 (兒童版)

姓名:

年齡:

性別:

日期:

指示: 當遇到不幸的事情, 很多兒童及青少年會感到有壓力。請想一想那件不幸的事情, 然後就過去 1 星期的情況, 在以下的題目中圈出最適合你情況的數字。

在過去 1 星期中:	完全沒有	很少	有時	經常
1. 你會無意中想起那件事嗎?	0	1	3	5
2. 你會嘗試將那件事從記憶中除去嗎?	0	1	3	5
3. 你的專注力或注意力有困難嗎?	0	1	3	5
4. 你會不斷地對那件事有強烈的感覺嗎?	0	1	3	5
5. 與未發生事情之前相比, 你會更容易受 驚或感到緊張嗎?	0	1	3	5
6. 你會避開一些令你想起那件事的東西嗎 (例如: 某些地方或場合)?	0	1	3	5
7. 你會嘗試不去談及那件事嗎?	0	1	3	5
8. 那件事的情景會在你腦中出現嗎?	0	1	3	5
9. 其它東西會不斷令你想起那件事嗎?	0	1	3	5
10. 你會嘗試不去想那件事嗎?	0	1	3	5
11. 你會容易感到煩躁嗎?	0	1	3	5
12. 就算是在不必要的情況下, 你仍會 保持警覺嗎?	0	1	3	5
13. 你有睡眠問題嗎?	0	1	3	5