

CTI:※ 아래의 문항을 읽고, 가장 고통스러웠던 사건을 포함하여 내가 경험한 모든 사건 들에 대해, 지난 한달 간 어떤 영향을 받았는지 생각해보세요. 아래의 증상이 얼마나 자주 나타났으며, 어느 정도로 괴로웠는지 동그라미 해주세요.

증상	얼마나 자주					얼마나 심하게				
	한번도 경험 안함	한달 동안 1-2 번	한주 동안 1-2 번	한주 동안 3-5 번	매일 / 거의 매일	전혀 심하지 않음	약한 정도	중간 정도	꽤 심한 정도	매우 심한 정도
1 (나에게 일어난) 사건에 대한 나쁜 꿈이나 악몽을 꾀다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
2 부정적인 감정을 최소화하기 위해 사건에 대해 말하지도, 생각하지도 않았다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
3 과도하게 경계하거나 조심하게 되었다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
4 예민해지거나 쉽게 상처받는 것 같았다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
5 패배감이나 스스로 무가치한 느낌이 들었다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
6 다른 사람들에게 거리감을 느꼈다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
7 사건을 다시 겪는 듯이 느끼거나 행동했다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
8 사건을 생각하지 않으려고 애썼다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
9 위험이나 위협에 주의해야할 것 같았다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
10 긍정적인 감정을 경험하기 어려웠다. (예. 행복하다고 느낄 수 없거나 가까운 사람들에게 애정을 느낄 수 없다).	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
11 스스로 나쁘다고 느끼거나 자신에게 잘못된 게 있다고 느꼈다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
12 다른 사람들과 관계를 유지하기 어려웠다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
13 사건을 떠올리면 신체반응이 나타났다 (예. 심장이 두근거리거나, 땀이 나고, 숨쉬기 어려운)	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
14 사건을 떠오르게 하는 사람, 장소, 활동을 피하려고 했다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
15 쉽게 깜짝 놀라는 편이었다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4

증상	얼마나 자주					얼마나 심하게				
	한번도 경험 안함	한달 동안 1-2 번	한주 동안 1-2 번	한주 동안 3-5 번	매일 / 거의 매일	전혀 심하지 않음	약한 정도	중간 정도	꽤 심한 정도	매우 심한 정도
16 꿈 속에 사는 것처럼 비현실적으로 느껴졌다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
17 사건이나 사건의 결과 때문에 스스로를 비난했다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
18 다른 사람들로 부터 고립감을 느꼈다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
19 폭발적으로 화내거나 짜증을 냈다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
20 고의로 스스로를 다치게 하거나 (예. 칼로 긁기, 굽기, 깨물기, 화상 입히기) 위험한 상황에 노출시켰다.	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4

© Litvin, Kaminski, & Riggs, 6-6-18; all rights reserved
 Visit <https://psychology.unt.edu/cti> for additional resources