

PTSD Measure (CAPS)

Below are some statements regarding how you may have felt and acted during the past week. Please circle the number for each statement to indicate how often that feeling or behavior has occurred.

Use the following scale: 0 = not at all 1 = only once during the week 2 = 2 or 3 times in the week 3 = 4 or 5 times in the week 4 = about once a day 5 = More than once a day

	not at all أبدا	Once during the week مرة خلال الاسبوع	2-3 times in the week 2-3 مرات في الاسبوع	4-5 times in the week 4-5 مرات في الاسبوع	about once a day مرة في اليوم	more than once a day أكثر من مرة في اليوم
1) Bad dreams or nightmares أحلام مزعجة أو كوابيس ليلية						
2) Being especially alert or watchful, when there was actually no need to be on guard. كنت شديد الانتباه والحس عندما لم يكن من يجب لذلك						
3) Feeling in daze (شبه غيبوبة) . أشعر بذهول .						
4) Flashbacks of past unpleasant events. تكريات مفاجئة لأحداث غير سارة						
5) Unexpected or disturbing memories. تكريات مفاجئة مؤلمة						
6) Feeling as my emotions were shut down or blunted الشعور أن عواطفني تيلدت						
7) Working hard to block out certain memories. بذل جهود عنيفة للحيلولة دون بعض التكريات .						
8) Violent dreams أحلام حافلة بأحداث عنيفة						
9) Trying to avoid reminders of painful past events محاولة تجنب ما يذكرني بالأحداث المؤلمة						
10) Checking to see that I was safe. أتأكد والتقي كي أرى أنني في أمان .						
11) Jumping or being very frightened by sudden loud noises. انفزع (افزع) لدى سماعي ضجعة عالية مفاجئة .						
12) Acting or feeling as if I were re-experiencing some painful past events أتصرف أو أحس وكأنني أعيش الأحداث الماضية من جديد.						
13) Distress caused by reminders of a painful past event ألم ويؤس بسبب ما يذكرني بحوادث مؤلمة ماضية						
14) Efforts to avoid reminders of a painful past events. بذل الجهود لتجنب ما يذكر بحدث مؤلم في الماضي.						
15) Feeling in danger.. . الإحساس بالخطر						
16) Feeling out of touch with my surrounding الإحساس بالابتعاد عن محيطي						
17) Feeling that things going on around me were strange, unfamiliar or not quite real. الإحساس وكان الأشياء المحيطة بي غير مألوفة أو غير واقعية						
18) Feeling as if I am watching myself from outside my body. الإحساس وكأنني أراقب نفسي من خارج جسمي						