

Prosimo, da na vsakem področju izberete tisto trditev, ki vas na splošno najbolj opisuje.

1. Identiteta

- ☐ Pogosto nimam občutka, kdo sem, še posebej, kadar sem z drugimi ljudmi.
- ☐ Včasih sem zmeden glede tega, kdo sem, še posebej, kadar sem z drugimi ljudmi.
- ☐ Imam stabilen občutek glede tega, kdo sem.
- ☐ Moj občutek glede tega, kdo sem, je običajno preveč tog in omejen (npr. v odnosu do dela ali do druge osebe).
- ☐ Moj občutek glede tega, kdo sem, je pretirano omejen in nespremenljiv ne glede na okoliščine.

2. Samospoštovanje

- ☐ Večino časa se počutim ničvrednega/-o, kar vpliva na to, kako se razumem z drugimi ljudmi.
- ☐ Pogosto imam težave s tem, da bi se počutil/-a dobro glede sebe, kar včasih vpliva na to, kako se razumem z drugimi ljudmi.
- ☐ Običajno se dobro počutim glede sebe.
- ☐ Pogosto imam občutek, da sem boljši/-a od drugih, kar vpliva na to, kako se razumem z drugimi ljudmi.
- ☐ Počutim se večvrednega/-no od drugih, kar vpliva na to, kako se razumem z drugimi ljudmi.

3. Samozavedanje

- ☐ Nimam nobenih vrlin.
- ☐ Imam nekaj vrlin.
- ☐ Dobro se zavedam lastnih vrlin in šibkih točk.
- ☐ Imam nekaj šibkih točk in pomanjkljivosti.
- ☐ Nimam nobene šibke točke ali pomanjkljivosti.

4. Cilji

- ☐ Redko si uspem zastaviti cilje in jim slediti.
- ☐ Včasih se mi zdi težko zastaviti si cilje in jim slediti.
- ☐ Nimam težav s postavljanjem in sledenjem dosegljivim ciljem.
- ☐ Včasih s težavo spremenim svoje cilje, tudi kadar jih je pretežno doseči.
- ☐ Pogosto s težavo spremenim svoje cilje, tudi kadar jih je praktično nemogoče doseči.

5. Interes za medosebne odnose

- ☐ Nimam interesa za druženje z drugimi ljudmi in počnem vse, da se jim izognem.
- ☐ Imam malo interesa za druženje z drugimi ljudmi in se jim zato izogibam.
- ☐ Imam dobro ravnotežje med samoto in druženjem z drugimi ljudmi.
- ☐ Včasih sem v stiski, kadar nisem v družbi drugih ljudi.
- ☐ Pogosto sem v stiski, kadar nisem v družbi drugih ljudi.

6. Zavzemanje perspektive

- ☐ Nikoli ne razmišljam o mislih in občutkih drugih ljudi.
- ☐ Ne razmišljam pogosto o mislih in občutkih drugih ljudi.
- ☐ Zlahka razumem misli in občutke drugih ljudi.
- ☐ Pogosto preveč razmišljam o tem, kaj razmišljajo in čutijo drugi ljudje.
- ☐ Vedno preveč razmišljam o tem, kaj razmišljajo in čutijo drugi ljudje.

7. Vzajemnost v medosebnih odnosih

- ☐ Ljudje se vedno pritožujejo, da sem v medosebnih odnosih preveč sebičen/-a.
- ☐ Ljudje se včasih pritožijo, da sem v medosebnih odnosih preveč sebičen/-a.
- ☐ Zmožen/-a sem vzpostavljati in vzdrževati tesnih in medsebojno zadovoljujočih medosebnih odnosov.
- ☐ Včasih ne zmorem prekiniti odnosa, tudi kadar mi škodi.
- ☐ Le redko zmorem prekiniti odnos, tudi kadar mi škodi.

8. Obvladovanje nesoglasij

- ☐ Pogosto se z drugimi zapletem v nesoglasja, ki povzročajo resne težave v medosebnih odnosih.
- ☐ Včasih se z drugimi zapletem v nesoglasja, ki povzročajo škodo v medosebnih odnosih.
- ☐ Zmožen/-a sem obvladovanja nesoglasij v medosebnih odnosih na sodelovalen način.
- ☐ Pogosto se izogibam nesoglasjem in se vdam, tudi če je to slabše zame.
- ☐ Za vsako ceno se izogibam nesoglasjem in konfliktom z drugimi.

9. Nadzorovanje in izražanje čustev

- ☐ Pogosto ne zmorem nadzorovati svojih čustev, kar povzroča resne težave v odnosih z drugimi.
- ☐ Včasih imam težave z nadzorovanjem svojih čustev, kar povzroča nekaj težav v odnosih z drugimi.
- ☐ Običajno zmorem nadzorovati in izraziti svoja čustva na primeren način.
- ☐ Ljudje se včasih pritožujejo, da ne izražam čustev.
- ☐ Ljudje se pogosto pritožujejo, da nikoli ne izrazim čustev.

10. Nadzorovanje vedenja

- ☐ Pogosto se odzivam tako nepremišljeno in impulzivno, da to povzroča resne težave.
- ☐ Včasih se odzovem impulzivno brez premisleka o posledicah, kar povzroča težave.
- ☐ Običajno zmorem biti spontan/-a ter sočasno vzdržujem ustrezen nadzor nad lastnim vedenjem.
- ☐ Včasih tako nadzorujem svoje vedenje, da ne uspem dobiti toliko od življenja kot ostali.
- ☐ Pogosto pretirano nadzorujem svoje vedenje do te mere, da od življenja ne dobim skoraj nič.

11. Dojemanje realnosti med stresom

- ☐ Moje dojemanje situacij je običajno točno, kadar sem pod intenzivnim stresom.
- ☐ Moje doživljanje situacij je nekoliko izkrivljeno, kadar sem pod intenzivnim stresom (npr. pričakujem najslabši izid, počutim se zavrnjenega/-o, ko me drugi kritizirajo).
- ☐ Včasih izgubim stik s tem, kaj je resnično, kadar sem pod intenzivnim stresom (npr. sumničavost, odklopljenost od realnosti, stvari okoli mene so kot v sanjah).
- ☐ Pogosto izgubim stik z realnostjo, kadar sem pod intenzivnim stresom (npr. izrazita sumničavost, slišim ali vidim stvari, ki jih drugi ne morejo, imam izven-telesne izkušnje).

12. Škodovanje sebi

- ☐ Nikoli si ne škodujem.
- ☐ Redko si škodujem.
- ☐ Včasih si škodujem.
- ☐ Pogosto si škodujem.

13. Škodovanje drugim (namerno ali nenamerno)

- ☐ Nikoli ne škodujem drugim.
- ☐ Redko škodujem drugim.
- ☐ Včasih škodujem drugim.
- ☐ Pogosto škodujem drugim.

14. Upoštevač vaše predhodne odgovore, ocenite, koliko vam vse to povzroča težave na pomembnih področjih življenja (npr. osebnem, družinskem, socialnem, delovnem, pri šolanju).

- ☐ Sploh ne.
- ☐ Malo.
- ☐ Zmerno.
- ☐ Zelo.

PDS-ICD-11

Personality Disorder Severity ICD-11 (PDS-ICD-11) Scale

Navodila za točkovanje

Postavke 1-10 se točkujejo 2 – 1 – 0 – 1 – 2

Postavke 11-14 se točkujejo 0 – 1 – 2 – 3

Pri PDS-ICD-11 seštejemo posamezne točke vseh 14 postavk (vsota točk je v razponu od 0 do 32).

Opomba. V primeru, da respondent pri posamezni postavki označi več odgovorov, šteje odgovor z večjim številom točk.

Citiranje PDS-ICD-11

Bach, B., Bawn, T. A., Mulder, R. T., Netwon-Howes, G., Simonsen, E., & Sellbom, M. (2021). Development and Initial Evaluation of the ICD-11 Personality Disorder Severity Scale: PDS-ICD-11. *Personality and Mental Health*. <https://doi.org/10.1002/pmh.1510>

Razvoj in prevod lestvice

PDS-ICD-11 lestvica je bila razvita glede na SZO MKB-11 Diagnostične in statistične smernice za ugotovitev prisotnosti in resnosti osebnostnih motenj. To je bilo doseženo s sodelovanjem med:

Department of Psychology
Personality, Psychopathology, and Measurement (PPM) Lab
University of Otago
Dunedin 9016, New Zealand

Psychiatric Research Unit
Center for Personality Disorder Research (CPDR)
Mental Health Services, Region Zealand
Slagelse 4200, Denmark

Prevod in uporaba PDS-ICD-11 sta dovoljena po dogovoru z avtorji:

Bo Bach (bbpn@regionsjaelland.dk) in/ali Martin Sellbom (martin.sellbom@otago.ac.nz)

Prevedle Iris Kračun, Ajda Škerjanc, Sinja Katarina Milošević, Tala Koren, Mojca Šoštarč Zvonar, Sana Čoderl Dobnik