

Lütfen her bir alan için kendinizi genel olarak en iyi tanımlayan ifadeyi seçiniz:

1. Kimlik

- ☐ Özellikle başkalarıyla birlikteyken kim olduğuma dair çoğunlukla bir hissiyatım olmuyor
- ☐ Özellikle başkalarıyla birlikteyken kim olduğuma dair bazen kafa karışıklığı yaşıyorum
- ☐ Kim olduğuma dair kararlı bir hissiyatım var
- ☐ Kim olduğuma dair hissiyatım genellikle pek değişmez ve kısıtlıdır (örn. işle veya başka bir kişiyle ilişkili olarak)
- ☐ Kim olduğuma dair hissiyatım aşırı derecede kısıtlıdır ve koşullar ne olursa olsun değişmez

2. Kendilik değeri

- ☐ Çoğu zaman kendimi değersiz hissediyorum ve bu durum diğer insanlarla ilişkilerimi etkiliyor
- ☐ Kendimle ilgili iyi duygular hissetmekte çoğunlukla zorlanıyorum ve bu durum bazen diğer insanlarla ilişkilerimi etkiliyor
- ☐ Kendim hakkında genellikle iyi hissediyorum
- ☐ Çoğunlukla başkalarından daha iyi olduğumu hissediyorum ve bu durum diğer insanlarla ilişkilerimi etkiliyor
- ☐ Kendimi başkalarından daha üstün hissediyorum ve bu durum diğer insanlarla ilişkilerimi etkiliyor

3. Kendilik algısı

- ☐ Hiçbir güçlü yanımda yok
- ☐ Az sayıda güçlü yanımda var
- ☐ Güçlü ve zayıf yanımlarıma dair iyi bir farkındalığım var
- ☐ Az sayıda zayıf ya da yetersiz yanımda var
- ☐ Hiçbir zayıf ya da yetersiz yanımda yok

4. Hedefler

- ☐ Hedefler belirlemekte ve bu hedefleri sürdürmekte nadiren başarılı olurum
- ☐ Hedefler belirlemekte ve bu hedefleri sürdürmekte bazen zorlanırım
- ☐ Gerçekçi hedefler belirlemekte ve bu hedefleri sürdürmekte sorun yaşamam
- ☐ Ulaşılması çok zor olsa bile hedeflerimi değiştirmekte bazen zorlanırım
- ☐ Ulaşılması imkansızsa yakın olsa bile hedeflerimi değiştirmekte genellikle zorlanırım

5. İlişkilere duyulan ilgi

- ☐ Başkalarıyla birlikte olmaya hiç ilgi duymam ve onlardan uzak durmak için her şeyi yaparım
- ☐ Başkalarıyla birlikte olmaya çok az ilgi duyarım ve bu yüzden onlardan uzak dururum
- ☐ Kendi başıma kalma ve başkalarıyla birlikte olma arasında iyi bir denge kurarım
- ☐ Başkalarının yanında değilken bazen üzgün hissederim
- ☐ Başkalarının yanında değilken çoğunlukla üzgün hissederim

6. Bakış açısı alma

- ☐ Başkalarının düşünce ve duyguları üzerine asla kafa yormam
- ☐ Başkalarının düşünce ve duyguları üzerine çoğunlukla kafa yormam
- ☐ Başkalarının düşünce ve duygularıyla kolaylıkla bağ kurabilirim
- ☐ Başkalarının ne düşündüğü ve hissettiği üzerine çoğunlukla aşırı kafa yorarım
- ☐ Başkalarının ne düşündüğü ve hissettiği üzerine her zaman aşırı kafa yorarım

7. İlişkilerde karşılıklık

- ☐ İnsanlar her zaman ilişkilerimde çok bencil olduğumdan şikayet ederler
- ☐ İnsanlar bazen ilişkilerimde çok bencil olduğumdan şikayet ederler
- ☐ Samimi ve karşılıklı olarak tatmin edici ilişkiler kurup sürdürebilirim
- ☐ Benim için zararlı olsalar bile ilişkilerimi sonlandırmakta bazen zorlanırım
- ☐ Benim için zararlı olsalar bile ilişkilerimi nadiren sonlandırabilirim

8. Anlaşmazlık yönetimi

- ☐ Çoğunlukla başkalarıyla anlaşmazlıklar yaşarım ve bu durum ciddi ilişki sorunlarına yol açar
- ☐ Bazen başkalarıyla anlaşmazlıklar yaşarım ve bu durum ilişki sorunlarına yol açar
- ☐ İlişkilerimdeki anlaşmazlıkları uzlaşmacı bir şekilde çözebilirim
- ☐ Daha kötü bir durumda kalacak olsam bile çoğunlukla başkalarına boyun eğme pahasına anlaşmazlıklardan kaçınırım
- ☐ Başkalarıyla anlaşmazlıklardan ve çatışmalardan her ne pahasına olursa olsun kaçınırım

9. Duygusal kontrol ve ifade

- ☐ Çoğunlukla duygularımı kontrol edemem ve bu durum başkalarıyla ciddi sorunlara yol açar
- ☐ Bazen duygularımı kontrol etmekte güçlük yaşarım ve bu durum başkalarıyla bazı sorunlara neden olur
- ☐ Genellikle duygularımı uygun bir şekilde yönetip ifade edebilirim
- ☐ İnsanlar bazen duygularımı ifade etmediğimden şikayet ederler
- ☐ İnsanlar çoğunlukla duygularımı hiç ifade etmediğimden şikayet ederler

10. Davranışsal kontrol

- ☐ Çoğunlukla ciddi sorunlara yol açacak şekilde aceleci ya da dürtüsel olarak hareket ederim
- ☐ Bazen sonuçlarını düşünmeden dürtüsel hareket ederim ve bu bazı sorunlara neden olur
- ☐ Genellikle bir yandan hareketlerimi uygun şekilde kontrol altında tutarken bir yandan da kendiliğinden hareket edebilirim
- ☐ Bazen hareketlerimde o kadar kontrollü olurum ki hayattan başkalarının aldığı kadar bir şey alamam
- ☐ Çoğunlukla hareketlerimde o kadar aşırı kontrollü olurum ki hayattan neredeyse hiçbir şey elde edemem

11. Stres anında gerçeklik deneyimi

- ☐ Aşırı stresli hissettiğimde yaşadığım durumları genellikle olduğu gibi algıları
- ☐ Aşırı stresli hissettiğimde yaşadığım durumları biraz çarpıtılmış biçimde algıları (örn. en kötüsünün olacağını beklemek, başkaları eleştirdiğinde dışlanmış hissetmek)
- ☐ Aşırı stresli hissettiğimde bazen gerçeklerle bağımı kaybederim (örn. her şeyden şüphe duymak, gerçeklikten kopmuş hissetmek veya etrafımdaki şeylerin sanki bir rüyada gibi olması)
- ☐ Aşırı stresli hissettiğimde çoğunlukla gerçeklikle bağım kopar (örn. aşırı şüphecilik, başkalarının göremediği/duyamadığı şeyleri görmek ya da duymak, bedenimin dışına çıkmış gibi hissetmek)

12. Kendine zarar verme

- ☐ Kendime asla zarar vermem
- ☐ Kendime nadiren zarar veririm
- ☐ Kendime bazen zarar veririm
- ☐ Kendime sık sık zarar veririm

13. Başkalarına zarar verme (kasıtlı veya kasıtsız)

- ☐ Başkalarına asla zarar vermem
- ☐ Başkalarına nadiren zarar veririm
- ☐ Başkalarına bazen zarar veririm
- ☐ Başkalarına sık sık zarar veririm

14. Yukarıda verdiğiniz cevapları düşündüğünüzde, bunlar hayatınızın önemli alanlarında (örn. kişisel, ailevi, sosyal, eğitim, iş) ne kadar sorun yaratıyor?

- ☐ Hiç sorun yaratmıyor
- ☐ Biraz sorun yaratıyor
- ☐ Orta derecede sorun yaratıyor
- ☐ Çok sorun yaratıyor

PDS-ICD-11

Kişilik Bozukluğu Şiddeti ICD-11 (PDS-ICD-11) Ölçeği

Puanlama talimatı

1-10 arası maddeler 2 – 1 – 0 – 1 – 2 olarak puanlanır

11-14 arası maddeler 0 – 1 – 2 – 3 olarak puanlanır

PDS-ICD-11, 14 maddenin tümünün puanlarının toplanmasıyla puanlanır (toplam puan 0 ile 32 arasında değişir).

Not. Katılımcının bir maddeye birden fazla yanıt verdiği durumlarda en yüksek puanı alan yanıt geçerli sayılır.

Citing PDS-ICD-11

Bach, B., Brown, T. A., Mulder, R. T., Newton-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>

Development and translation

The PDS-ICD-11 scale was developed according to the WHO ICD-11 Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines (CDDG) for determining the presence and severity of personality disturbance. This was achieved through collaboration between the following two bodies:

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

Translation and use of the PDS-ICD-11 are permitted after agreement with the authors:
Bo Bach (bbpn@regionsjaelland.dk) and/or Martin Sellbom (martin.sellbom@monash.edu)
Translated by A. Esin Asan, Pennsylvania State University (apa5736@psu.edu)
Revised by Osman Demirci (osman.demirci@kafkas.edu.tr) Kafkas University, Tarik Gandur (tarik.gandur@fbu.edu.tr) Fenerbahce University, Numan Konuk (numan.konuk@iuc.edu.tr) Istanbul University-Cerrahpasa