

PDS-ICD-11 Eesti

Palun valige iga valdkonna kohta üks vastus, mis Teid kõige paremini kirjeldab.

1. Identiteet

- Sageli ma ei tea üldse, kes ma olen. Eriti tunnen seda siis, kui olen koos teistega.
- Mõnikord olen segaduses, kes ma olen. Eriti tunnen seda siis, kui olen koos teistega.
- Mul on püsiv arusaamine sellest, kes ma olen.
- Minu teadmine sellest, kes ma olen, on liiga jäik ja kitsapiiriline (nt töösse või mõnda inimesesse suhtumises).
- Minu teadmine sellest, kes ma olen, on äärmiselt kitsapiiriline ja muutmatu, olukorrast hoolimata.

2. Enesehinnang

- Enamuse ajast tunnen end väärtusetuna ja see mõjutab minu suhteid.
- Mul on sageli raske endast hästi arvata ja mõnikord see mõjutab minu suhteid.
- Tavaliselt arvan endast hästi.
- Sageli tunnen, et olen teistest parem ja see mõjutab minu suhteid.
- Tunnen, et olen teistest üle ja see mõjutab minu suhteid.

3. Enesetaju

- Mul ei ole ühtegi tugevat külge.
- Mul on vähe tugevaid külgi.
- Tean hästi oma tugevaid ja nõrku külgi.
- Mul on vähe nõrkusi ja puudusi.
- Mul ei ole ühtegi nõrkust ega puudust.

4. Eesmärgid

- Suudan väga harva endale eesmärke püstitada ja nende poole liikuda.
- Mõnikord on mul raske endale eesmärke püstitada ja nende poole liikuda.
- Mul pole probleemi, et endale jõukohaseid eesmärke püstitada ja nende poole liikuda.
- Mõnikord on mul raske oma eesmärke muuta isegi siis, kui need osutuvad üle jõu käivaks.
- Mul on sageli raske oma eesmärke muuta isegi siis, kui need osutuvad võimatuks.

5. Soov suhteid omada

- Mul pole mingit soovi teistega koos olla ja teen ükskõik mida, et inimesi vältida.
- Mul on vähe soovi teistega koos olla ja seetõttu väldin inimesi.
- Omaette olemine ja teistega koos olemine on mul heas tasakaalus.
- Mõnikord tunnen end halvasti, kui ei saa teistega koos olla.
- Sageli tunnen end halvasti, kui ei saa teistega koos olla.

6. Vaatenurga võtmine

- Ma ei mõtle kunagi sellest, mida teised mõtlevad ja tunnevad.
- Sageli ei mõtle ma sellest, mida teised mõtlevad ja tunnevad.
- Mul on kerge arvestada teiste mõtete ja tunnetega.
- Sageli mõtlen liiga palju sellest, mida teised mõtlevad ja tunnevad.
- Alati mõtlen liiga palju sellest, mida teised mõtlevad ja tunnevad.

PDS-ICD-11 Eesti

7. Suhete vastastikusus

- Mulle heidetakse pidevalt ette, et olen suhetes liiga isekas.
- Mulle on mõnikord ette heidetud, et olen suhetes liiga isekas.
- Ma suudan luua ja säilitada lähedasi ja vastastikku rahuldust pakkuvaid suhteid.
- Mõnikord ei suuda ma lõpetada isegi sellist suhet, mis mind kahjustab.
- Harva suudan ise suhteid lõpetada, isegi selliseid, mis mind kahjustavad.

8. Lahkarvamustega toimetulek

- Mul tekib sageli teistega lahkarvamusi, mis põhjustab tõsiseid suhteprobleeme
- Mul tekib mõnikord teistega lahkarvamusi ja see põhjustab suhteprobleeme.
- Ma suudan suhetes tekkivaid lahkarvamusi lahendada nii, et mõlema huvidega arvestame.
- Ma väldin sageli lahkarvamusi nii, et annan järele, isegi kui see mulle halba teeb.
- Ma väldin lahkarvamusi ja konflikte iga hinna eest.

9. Emotsioonide kontrollimine ja väljendamine

- Sageli ei suuda ma oma emotsioone kontrollida ja see tekitab inimestega tõsiseid probleeme.
- Mõnikord on mul raske oma emotsioone kontrollida ja see tekitab inimestega mõningaid probleeme.
- Üldiselt suudan ma oma emotsioone kontrollida ja sobival moel väljendada.
- Mulle heidetakse mõnikord ette, et ma ei väljenda emotsioone.
- Mulle heidetakse sageli ette, et ma üldse ei väljenda emotsioone.

10. Käitumise kontrollimine

- Sageli käitun kiirustades või impulsiivselt ja see tekitab tõsiseid probleeme.
- Mõnikord käitun impulsiivselt, ilma tagajärgedele mõtlemata, ja see tekitab probleeme.
- Üldiselt suudan olla spontaanne ja ühtlasi oma käitumist sobival määral kontrollida.
- Mõnikord kontrollin oma käitumist nii palju, et ei saa elust samavõrra rõõmu, kui teised inimesed saavad.
- Sageli kontrollin oma käitumist nii ülemäära, et ei saa elust üldse mingit rõõmu.

PDS-ICD-11 Eesti

11. Reaalsustaju stressi ajal

- Tavaliselt tajun ma olukorda õigesti ka siis, kui olen tugevas stressis.
- Kui olen tugevas stressis, tajun olukorda veidi moonutatult (nt kardan kõige halvemat; kriitikast järeldan, et mind ei taheta üldse vms)
- Kui olen tugevas stressis, kaotan mõnikord reaalsustaju (nt olen kahtlustav; tunnen end tegelikkusest eraldatuna; kõik mu ümber on nagu unenäos vms)
- Kui olen tugevas stressis, kaotan sageli reaalsustaju (nt olen äärmiselt kahtlustav; näen või kuulen asju, mida teised ei taju; tunnen end oma kehast väljaspool olevat vms)

12. Enesekahjustamine

- Ma ei tee endale kunagi viga.
- Ma teen endale väga harva viga.
- Ma teen endale mõnikord viga.
- Ma teen endale sageli viga.

13. Teiste kahjustamine (kogemata või meelega)

- Ma ei tee teistele kunagi viga.
- Ma teen teistele väga harva viga.
- Ma teen teistele mõnikord viga.
- Ma teen teistele sageli viga.

14. Kui mõtlete oma vastustele eeltoodud küsimustes, siis kui palju need Teile olulistes eluvaldkondades (nt isiklik elu, perekond, sotsiaalsuhted, haridus, töö jms) probleeme põhjustavad ?

- Üldse mitte
- Natuke
- Mõõdukalt
- Palju

PDS-ICD-11 Eesti

Isiksuse funktsioneerimise raskuse skaala RHK-11 (PDS-ICD-11 Eesti)

Skoorimise juhend

Väited 1-10 skooritakse 2 – 1 – 0 – 1 – 2

Väited 11-14 skooritakse 0 – 1 – 2 – 3

PDS-ICD-11 skooritakse liites kokku kõigi 14 väite skoorid (summa jääb vahemikku 0 kuni 32).

Märkus. Juhul kui vastaja märgib ühele väitele rohkem kui ühe vastuse, arvestatakse skoor kõige kõrgema vastuse järgi.

PDS-ICD-11 viitamine

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>

Skaala loomine ja tõlkimine

PDS-ICD-11 skaala loodi vastavalt Maailma Tervishoiuorganisatsiooni RHK-11 diagnostilistele juhistele, et hinnata isiksuse häirumise olemasolu ja raskusastet. Skaala loodi kahe alljärgneva asutuse koostöös:

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

PDS-ICD-11 tõlkimine ja kasutamine on lubatud kokkuleppel autoritega:

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

Tõlkinud Maarja-Liisa Oitsalu (maarja.oitsalu@gmail.com) ja Maie Kreegipuu