

# TEST EKZAMINUES MBI SKIZOFRENINË

Në muajin e kaluar, a keni pasur mendimet, ndjenjat ose përvojat e mëposhtme?  
Plotësoni me "PO" ose "JO" për çdo pyetje.

Mos përfshini përvojat që ndodhin kur jeni nën ndikimin e alkoolit, drogave ose medikamenteve që nuk ju janë përshkruar.

Nëse i përgjigjeni "PO" një pyetje, tregoni gjithashtu se sa shqetësuese ka qenë ajo përvojë për ju.

**Ju lutemi vini re se të gjitha përgjigjet janë të nevojshme!**

1. A ju duket ndonjëherë i çuditshëm, konfuz, kërcënues apo joreale mjedisi përreth juve?

0. JO

1. PO

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

2. A keni dëgjuar tinguj të pazakontë si goditje, klikim, fërshëllim, duartrokitje ose zile në veshët tuaj?

0. JO

1. PO

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

3. A duken gjërat që shihni ndryshe nga mënyra se si janë zakonisht?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

4. A keni pasur përvoja me telepatinë, forcat psikike ose parashikimin e fatit?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

5. A keni ndjerë se nuk jeni në kontroll të ideve apo mendimeve tuaja?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

6. A e keni të vështirë të kuptoni qëllimin tuaj kur flisni, sepse shpërqendroheni ose dilni shumë nga diskutimi?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

7. A keni besoni ose e ndjeni fuqishëm që jeni jashtëzakonisht të talentuar në një farë mënyre?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

8. A mendoni se njerëzit e tjerë po ju shikojnë apo po flasin për ju?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

9. A ndjeni ndonjëherë ndjenja të çuditshme si insektet që zvarriten mbi ose nën lëkurën tuaj?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

10. A ndiheni ndonjëherë të hutuar papritur nga tingujt në distance për të cilët normalisht nuk jeni të vetëdijshëm?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

11. A keni pasur ndjenjën se një person ose forcë është rreth jush, megjithëse nuk mund të shihnit askënd?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

12. A shqetësoheni ndonjëherë se diçka mund të mos jetë në rregull me mendjen tuaj?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

13. A keni ndjerë ndonjëherë se ju nuk ekzistoni, bota nuk ekziston ose se ju keni vdekur?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

14. A keni qenë ndonjëherë konfuz nëse diçka që keni përjetuar ishte e vërtetë apo imagjinare?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

15. A keni besime të cilat të tjerëve do t'ju dukeshin të pazakonta apo të çuditshme?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

16. A mendoni se pjesët e trupit tuaj kanë ndryshuar në një farë mënyre, apo se pjesët e trupit tuaj janë ndryshe?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

17. A janë ndonjëherë mendimet e tua aq të forta sa thua se mund mund t'i dëgjosh?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

18. A e ndjen veten mosbesues apo dyshues ndaj njerëzve të tjerë?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

19. A keni parë gjëra të pazakonta si zjarr, flakë, drita verbuese ose figura gjeometrike?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

20. A keni parë gjëra që njerëzit e tjerë nuk mund t'i shohin ose nuk duket se i shohin?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

21. A e kanë ndonjëherë njerëzit të vështirë të kuptojnë atë që po thua?

**0. JO**

**1. PO**

(Nëse PO: Kur kjo ndodh, ndihem i frikësuar, i shqetësuar ose më shkakton probleme: 1 = nuk pajtohem plotësisht; 2 = nuk pajtohem; 3 = neutral; 4 = pajtohem; 5 = pajtohem plotësisht)

## Shënim:

Pyetësi përbëhet nga 21 pyetje dhe secila vlerësohet ndryshe në bazë të përgjigjes.

Rezultati total fitohet duke mbledhur pikët e të gjitha pyetjeve, ku përgjigja "JO" vlerësohet si 0 dhe përgjigja "PO" vlerësohet si 1.

Pikët e shqetësimit merren duke mbledhur të gjitha pikët e pyetjeve me përgjigjen PO: Nuk pajtohem plotësisht = 1 pikë; Nuk jam dakord = 2 pikë; Neutral = 3 pikë; Pajtohem = 4 pikë; Pajtohem plotësisht = 5 pikë.

### 1. Interpretimi i pikëve totale:

- Nëse rezultati juaj total është 0: Nuk raportohen simptoma të rëndësishme.
- Nëse rezultati juaj total është 1 ose më shumë: Nënkuptohe prania e disa simptomave; mund të rekomandohet një vlerësim i mëtejshëm.

### 2. Interpretimi i pikës së shqetësimit:

- Nëse rezultati juaj i shqetësimit është 0: Nuk raportohen shqetësime për simptoma ekzistuese.
- Nëse rezultati juaj i shqetësimit është 1 ose më shumë: Nënkuptohe prania e disa shqetësimeve të raportuara për simptoma ekzistuese; rekomandohet një vlerësim i mëtejshëm.

### 3. Veprimet e rekomanduara:

- Nuk ka simptoma të rëndësishme (rezultati total = 0):
- Nuk ka arsye të menjëhershme për shqetësim.
- Këshillohet vetë-monitorimi i rregullt.
- Kërkoni ndihmë profesionale, nëse simptomat vazhdojnë ose përkeqësohen.

### Prania e simptomave (rezultati total $\geq 1$ ):

- Merrni parasysh të kërkoni vlerësime të mëtejshme nga një profesionist/e i/e shëndetit mendor.

- Ndani rezultatet tuaja me një profesionist/e të kujdesit shëndetësor për një vlerësim më të plotë.
- Ndërhyrja e hershme mund të jetë e dobishme për menaxhimin e simptomave.

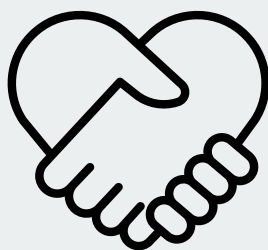
#### **Shqetësimi i raportuar (rezultati i shqetësimit $\geq 1$ ):**

- Edhe nëse simptomat nuk janë të rënda, shqetësimi i përjetuar duhet të trajtohet.
- Kontaktoni një profesionist/e të shëndetit mendor për mbështetje dhe udhëzime.

#### **4. Shënim i rëndësishëm:**

- PQ-B është vetëm një mjet kontrolli dhe një vlerësim profesional siguron një diagnozë më të saktë.
- Rezultatet nuk janë përfundimtare, dhe interpretimi duhet të bëhet në konsultim me një profesionist/e të shëndetit mendor.

**Ky test nuk është një mjet diagnostikues. Konsultohuni me një profesionist/e të kujdesit shëndetësor për këshilla të personalizuar. Nëse ju ose dikush që njihni është në krizë, kërkoni ndihmë të menjëhershme.**



[www.revistapsika.com/sherbimet-e-ndihmes](http://www.revistapsika.com/sherbimet-e-ndihmes)

