

Aarhus Uzamış Yas Bozukluğu ölçeği (A-UYBö)

Bu ölçek farklı yas tepkilerini incelemektedir. Lütfen hangi seçeneği seçeceğinizi çok fazla düşünmeden, geçen ayki deneyimlerinize dayanarak aşağıdaki soruları yanıtlayın. Doğru veya yanlış cevap yoktur.

Bir yakınınız öldü mü? Evet/Hayır

Cevabı buraya yazın: _____

Kim vefat etti? (örneğin, partner, ebeveynler, kardeşler, çocuk veya başka bir yakın kişi)

Cevabı buraya yazın: _____

İsimleri neydi?

Cevabı buraya yazın: _____

Vefattan bu yana kaç ay geçti?

Cevabı buraya yazın: _____

Aşağıdaki sorularda boş bırakılan satırlara vefat eden kişinin adını yazın (_____) ve soruları onu düşünerek yanıtlayın.

	Hiç de değil. (1)	Biraz (2)	Bir dereceye kadar (3)	Çok fazla (4)	Aşırı (5)
1. Geçtiğimiz ay boyunca _____ hasret çektiniz mi?					
2. Geçtiğimiz ay boyunca, _____ düşünmek istemediğinizde bile kendinizi onunla ilgili düşünürken buldunuz mu?					
3. Geçtiğimiz ay boyunca üzüntü veya keder hissettiniz mi?					
4. Geçtiğimiz ay boyunca kendinizi suçlu hissettiniz mi?					
5. Geçtiğimiz ay boyunca kendinizi kızgın hissettiniz mi?					
6. Geçtiğimiz ay boyunca _____'un öldüğüne inanmak sizin için zor oldu mu?					
7. Geçtiğimiz ay boyunca kaybımız için kendinizi suçladığımız oldu mu?					
8. Geçtiğimiz ay boyunca _____'un öldüğünü kabullenmekte zorlandığımız oldu mu?					
9. Geçtiğimiz ay boyunca, bir parçanızı kaybettiğinizi hissettiğiniz oldu mu? (örneğin, Kendinizden bir parçanın öldüğünü hissetmek gibi)					
10. Geçtiğimiz ay boyunca olumlu duyguları deneyimleyemediğinizi fark ettiniz mi?					

Aarhus-PGD ölçeği (A-PGDs) Danimarka'daki Aarhus Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yas Araştırma Birimi'nde Profesör Maja O'Connor liderliğinde geliştirilmiş ve TrygFonden tarafından desteklenmiştir. A-PGD'ler ilgili profesyoneller tarafından serbestçe kullanılabilir. Kredi için: O'Connor, M., Vang, M. L., Shevlin, M., Elklit, A., Komishcke-Konnerup, K. B., Lundorff, M., & Bryant, R. (2023). ICD-11 ve DSM-5-TR TR Uzamış Yas Bozukluğunu operasyonel hale getirmek için Aarhus PGD ölçeğinin geliştirilmesi ve doğrulanması. Journal of Affective Disorders. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.09.022>. İletişim: maja@psy.au.dk. Türkçe çevirisi Dr Esra Savaş tarafından yapılmıştır. İletişim: dresrasavas@gmail.com

11. Geçtiğimiz ay boyunca kendinizi duygusal olarak hissiz hissettiğiniz oldu mu? (örneğin, duyguları eskiden olduğu gibi hissetmekte zorlanmak, duygusal olarak sersemlemiş olmak)						
12. Geçtiğimiz ay boyunca sosyal ya da diğer aktivitelere katılmakta zorluk yaşadığınız oldu mu?						
13. Geçtiğimiz ay boyunca yalnızlık hissettiniz mi?						
14. Geçtiğimiz ay boyunca _____'un öldüğünü hatırlatan şeylerden kaçınmaya çalıştığınız oldu mu? (ör. belirli düşüncelerden, duygulardan, yerlerden, müziklerden, ve konuları konuşmaktan kaçınmak, veya kendini sürekli meşgul tutmak)						
15. Geçtiğimiz ay boyunca, _____ ölümünden sonra, hayatın anlamsız olduğunu hissettiniz oldu mu?						
16. Geçtiğimiz ay boyunca hiç 'tüm dünya bana karşı' gibi hissettiğiniz oldu mu?						
17. Genel olarak, bu zorluklar işlevsellik düzeyinizde bir düşüşe yol açtı mı? (Gündelik yaşam aktiviteleri gibi)						
17. soruya "Biraz / (2)" veya daha yüksek bir cevap verdiyseniz:					EVET	HAYIR
17a. Bu durum işiniz/çalışmanız/günlük görevlerinizi etkiledi mi?						
17b. Bu sizin sosyal hayatınızı etkiledi mi?						
17c. Bu durum aile hayatınız/ev içi görevlerinizi etkiledi mi?						
17d. Burada bahsedilenler dışında, etkilenen bir alan var mı?						
					EVET	HAYIR
18. Tanıdıklarınızdan, yas tepkilerinizle ilgili endişelendiğini söyleyen oldu mu? (Sosyal, kültürel veya dini normlara göre normal kabul edileni aştığınızı düşünceleri gibi)						
19. Beklediğinizden daha şiddetli veya yoğun olduğu için, kendi yas tepkinizden endişeli misiniz? (örneğin, çevrenizdeki insanlarla veya normal olduğunuzu düşündüğünüz şeylerle karşılaştırdığınızda)						
20. Geçtiğimiz 6 ay boyunca bu şekilde hissettiğinizi söyleyebilir misiniz? (Lütfen soruyu yukarıdaki sorulara verdiğiniz toplam yanıtla ilişkili olarak yanıtlayın)						

Aarhus-PGD ölçeği (A-PGDs) Danimarka'daki Aarhus Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yas Araştırma Birimi'nde Profesör Maja O'Connor liderliğinde geliştirilmiş ve TrygFonden tarafından desteklenmiştir. A-PGD'ler ilgili profesyoneller tarafından serbestçe kullanılabilir. Kredi için: O'Connor, M., Vang, M. L., Shevlin, M., Elklit, A., Komishcke-Konnerup, K. B., Lundorff, M., & Bryant, R. (2023). ICD-11 ve DSM-5-TR TR Uzamış Yas Bozukluğunu operasyonel hale getirmek için Aarhus PGD ölçeğinin geliştirilmesi ve doğrulanması. *Journal of Affective Disorders*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.09.022>. İletişim: maja@psy.au.dk. Türkçe çevirisi Dr Esra Savaş tarafından yapılmıştır. İletişim: dresrasavas@gmail.com

Aarhus UYB ölçeğini ICD-11 ve DSM-5-TR tanı ölçütleri ile puanlamanın anahtarı

Bu ölçek, ICD-11 ve DSM-5-TR tanı kriterlerine göre potansiyel uzamış yas bozukluğunun mevcut olup olmadığını değerlendirmek için kullanılır. Danışan 3 veya daha yüksek puan alırsa bir semptomun mevcut olduğu kabul edilir. Bu, sırasıyla ICD 11 ve DSM-5-TR için sağdaki sütunda bir onay ile işaretlenir. Sayfanın altında sırasıyla olası ICD 11 PGD ve olası DSM-5-TR PGD'ye evet demeden önce tüm belirti kategorilerinde kontroller yapılmalıdır. Kendi kendine raporlamaya dayalı olarak resmi bir tanı KONULAMAZ. Bunun için yapılandırılmış bir klinik görüşme ve klinik değerlendirme gerekir.

Teşhis Kriterleri	Semptomlar	Danışan Puanı <i>Mevcut = 1</i> <i>Mevcut değil = 0</i>	ICD-11 Kriterler	DSM-5-TR Kriterler
Kriter A: Yakın bir akrabanın ölümü nedeniyle yas tutanlar.	Önemli bir diğer kişinin ölümü		Mevcut = EVET	Mevcut = EVET
Kriter B: Zaman Kriteri.	≥ 6 ay ≥ 12 ay		≥ 6 ay	> 12 ay
Kriter C: Ölümünden sonra başlayan aşağıdaki invaziv semptomlardan bir veya daha fazlasının ortaya çıkması.	1. Hasret çekmek* 2. Ruminasyon*		> 1 belirti	> 1 belirti
Kriter D: Ölümünden sonra başlayan veya kötüleşen biliş, ruh hali ve/veya davranıştaki olumsuz değişiklikler.	3. Üzüntü* 4. Suçluluk duygusu 5. Öfke* 6. İnançsızlık/inkar* 7. Kendini suçlama 8. Kabul Eksikliği 9. Kimlik rahatsızlığı* 10. Olumlu ruh hali/duyguların yokluğu 11. Duygusal hissizlik* 12. Azaltılmış aktivite * 13. Yalnızlık 14. Kaçınma 15. Anlamsızlık 16. Tüm dünya bana karşı Kriter D'deki toplam puan (ICD-11) Kriter D'de toplam puan (DSM-5-TR)		> 1 belirti	> 3 belirti
Kriter E: Kayıp, sosyal, mesleki veya diğer önemli alanlarda işlev görme becerisinde klinik olarak anlamlı bir rahatsızlığa veya bozulmaya neden olur.	17. Fonksiyonel bozukluk (genel) 17a. İş/çalışma/günlük görevler 17b. Sosyal 17c. Aile yaşamı/ev 17d. Diğer alanlar		Mevcut	Mevcut
Kriter F: Yas tepkisi sosyal, kültürel veya dini normları açıkça aşar.	18. Sosyal çevre 19. Kişisel bakış açısı		Mevcut = EVET	Mevcut = EVET
Kriter G: Semptom başlangıcı ve süre.	20. Semptom süresi		Süre: >6 Ay	Süre: >1 Ay

Muhtemel ICD-11 PGD mevcut mu? Evet/Hayır Muhtemel DSM-5-TR UYB mevcut mu? Evet/Hayır

Sadece A-UYB gibi kendi kendine raporlamaya dayalı olarak resmi bir teşhis KONULAMAZ.

Aarhus-PGD ölçeği (A-PGDs) Danimarka'daki Aarhus Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yas Araştırma Birimi'nde Profesör Maja O'Connor liderliğinde geliştirilmiş ve TrygFonden tarafından desteklenmiştir. A-PGD'ler ilgili profesyoneller tarafından serbestçe kullanılabilir. Kredi için: O'Connor, M., Vang, M. L., Shevlin, M., Elklit, A., Komishcke-Konnerup, K. B., Lundorff, M., & Bryant, R. (2023). ICD-11 ve DSM-5-TR TR Uzamış Yas Bozukluğunu operasyonel hale getirmek için Aarhus PGD ölçeğinin geliştirilmesi ve doğrulanması. *Journal of Affective Disorders*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.09.022>. İletişim: maja@psy.au.dk. Türkçe çevirisi Dr Esra Savaş tarafından yapılmıştır. İletişim: dresrasavas@gmail.com