findyourneurotype

ESEMPIO · dati fittizi

Report di esempio

Test del rischio di psicosi (PQ-16)

Questionario di autovalutazione

Preparato per	Data	Domande	Riferimento
Marco Rossi	**6 maggio 2026**	**16**	**2D4AEDE8**

Indice

1 Il tuo risultato p. 2

2 Cosa dicono le tue risposte p. 3

3 Prossimi passi p. 4

4 Preparare il tuo appuntamento p. 5

5 Le tue risposte p. 6

Questo report è uno strumento di autovalutazione. Non costituisce una diagnosi medica o psicologica.

Il tuo risultato

8 / 16

Consulto clinico raccomandato

50 % del punteggio massimo



Il tuo punteggio raggiunge o supera il valore soglia clinico (6 o più item positivi). Nello studio originale di Ising et al. (2012), questa soglia ha identificato con buona sensibilità e specificità persone a rischio aumentato di disturbo psicotico precoce. Questo NON significa che tu abbia la schizofrenia. Significa che è raccomandato un colloquio clinico di persona per comprendere meglio ciò che stai vivendo.

Cosa dicono le tue risposte

Scritto da Claude (Anthropic) a partire dalle tue risposte.

Grazie per aver dedicato tempo ed energia a completare questo screening: si tratta di un gesto di attenzione verso te stesso che merita di essere riconosciuto. Riflettere su pensieri, percezioni ed esperienze personali richiede coraggio, e il solo fatto di esserti messo in ascolto delle tue sensazioni interiori dimostra una consapevolezza preziosa. Qualunque sia il risultato ottenuto, è importante ricordare che molte persone attraversano periodi della vita in cui percepiscono cambiamenti nel modo di vivere la realtà, i pensieri o le emozioni, e questo non ti definisce né ti isola dagli altri.

Il tuo punteggio in questo questionario (PQ-16) è pari a 8 su 16, corrispondente al 50% delle risposte affermative, e rientra nella fascia per cui viene suggerito un consulto clinico. È fondamentale sottolineare che questo strumento è unicamente uno screening, pensato per individuare esperienze che potrebbero meritare un approfondimento professionale: non rappresenta in alcun modo una diagnosi. Un punteggio come il tuo indica semplicemente che alcune delle esperienze descritte nel questionario ti sono familiari, e che potrebbe essere utile parlarne con qualcuno esperto per comprenderle meglio nel loro contesto specifico.

Nel frattempo, ci sono alcuni passi concreti che puoi considerare per prenderti cura di te. Può essere utile annotare in un diario le esperienze o i pensieri che ti hanno colpito di più, includendo quando si presentano e in quali circostanze, poiché questo può aiutare sia te che un eventuale professionista a comprendere meglio il quadro generale. Mantenere una routine di sonno regolare, ridurre lo stress attraverso attività che ti fanno stare bene e coltivare relazioni di fiducia con persone care sono ulteriori strategie che possono sostenerti in questo momento.

Ti incoraggio con fiducia a rivolgerti a uno psicologo, uno psichiatra o un altro professionista della salute mentale qualificato, che potrà ascoltarti con competenza e offrirti una valutazione più approfondita e personalizzata. Chiedere supporto non è segno di debolezza, ma un passo attivo e positivo verso il tuo benessere. Con il giusto accompagnamento, è possibile comprendere meglio le proprie esperienze e trovare strategie efficaci per affrontarle con serenità.

Prossimi passi

Scegline una o due. La regolarità conta più della durata.

Raccomandazione

Consulto clinico raccomandato

Fissa un appuntamento con uno psichiatra o uno psicologo clinico il prima possibile. Porta con te questo risultato. Una valutazione e un supporto precoci migliorano notevolmente la prognosi di qualsiasi disturbo dello spettro psicotico - e la maggior parte delle persone con un risultato sopra la soglia in realtà NON sviluppa un disturbo. Se ti senti in crisi, hai pensieri suicidi o non ti senti al sicuro, contatta immediatamente i servizi di emergenza (112).

Per parlarne con un professionista

Psicologo, terapeuta, medico: questo report può essere il punto di partenza della conversazione.

- Porta la pagina 2 (risultato per dimensione).
- Annota una o due situazioni che ti sono state difficili di recente.
- Di' cosa vorresti cambiare, anche solo vagamente.

Hai bisogno di parlare con qualcuno adesso? Chiama il **02 2327 2327** (Telefono Amico Italia), o il 112 in caso di emergenza.

Questo report è uno strumento di autovalutazione. Non sostituisce una valutazione professionale. Per una diagnosi affidabile, consulta un neuropsicologo, uno psichiatra o un altro professionista sanitario qualificato.

Preparare il tuo appuntamento

Medico, psichiatra, psicologo, neuropsicologo: porta questa pagina. Compilala qualche giorno prima, quando ti tornano in mente gli esempi.

I miei numeri chiave

Test del rischio di psicosi (PQ-16) · 8 / 16 (50 %) · Consulto clinico raccomandato

Test svolto il 6 maggio 2026 · riferimento 2D4AEDE8

Esempi della mia vita quotidiana

Lavoro o studio, casa, relazioni: due o tre situazioni concrete, con quello che è successo.

Da quando?

C'era già nell'infanzia o nell'adolescenza? Le pagelle o i ricordi di un familiare possono aiutare.

Cosa vorrei cambiare

Anche solo vagamente: ciò che oggi ti costa più energia.

Domande che posso fare

- ☐ Una valutazione completa è utile nel mio caso, e con chi?
- ☐ Quanto bisogna aspettare, e cosa posso fare nel frattempo?
- ☐ Potrebbe spiegarlo qualcos'altro (sonno, stress, tiroide, un altro disturbo)?
- ☐ Quali supporti esistono, al lavoro o negli studi?
- ☐ Cosa devo portare la prossima volta?

Le tue risposte

Scala da «No» a «Sì».

#	Domanda	La tua risposta	Pti
1	Provo poco interesse per le cose che mi piacevano in passato.	No	**0**
2	Spesso mi sembra di rivivere eventi esattamente come sono già accaduti.	No	**0**
3	Talvolta sento odori o sapori che gli altri non percepiscono.	No	**0**
4	Sento spesso suoni insoliti come tonfi, scatti, sibili, applausi o ronzii nelle orecchie.	No	**0**
5	A volte mi sono confuso se qualcosa che ho vissuto fosse reale o immaginario.	No	**0**
6	Guardando una persona o me stesso allo specchio, ho visto il viso cambiare davanti ai miei occhi.	No	**0**
7	Divento estremamente ansioso quando incontro persone per la prima volta.	Sì	**1**
8	Ho visto cose che apparentemente gli altri non riescono a vedere.	No	**0**
9	I miei pensieri a volte sono così forti che quasi riesco a sentirli.	No	**0**
10	Ho avuto la sensazione che una persona o una forza fosse intorno a me, anche se non vedevo nessuno.	Sì	**1**
11	Sento che alcune parti del mio corpo sono cambiate in qualche modo o funzionano diversamente.	No	**0**
12	Mi è stato detto, o suggerito, che il mio comportamento è insolito o bizzarro.	No	**0**
13	Spesso vengo distratto da suoni lontani di cui normalmente non sono consapevole.	No	**0**
14	Ho sentito cose che gli altri non possono sentire, come voci di persone che sussurrano o parlano.	No	**0**
15	Spesso ho difficoltà ad esprimermi quando parlo con gli altri, anche se so cosa voglio dire.	No	**0**
16	Spesso ho la sensazione che gli altri ce l'abbiano con me.	No	**0**