

Inventario de Vivencia Traumática

Este cuestionario exploratorio describe la repercusión de uno o varios acontecimientos traumáticos: reexperimentación, evitación, sensación de amenaza, culpa y vergüenza, desconexión y desbordamiento emocional, confianza en las relaciones. Recoge las dimensiones del trastorno de estrés postraumático y del trastorno de estrés postraumático complejo para precisar el cuadro clínico y elegir los objetivos de trabajo.

Número de preguntas	24 preguntas
Duración estimada	6 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Traumatic Experience Inventory
Población destinataria	Adultos
Categoría	TEPT

Vista previa de las 24 preguntas

Durante el último mes, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Me vienen a la cabeza, sin querer, recuerdos de lo que viví.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante el último mes, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Intento no pensar en lo que pasó.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante el último mes, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Me mantengo alerta, como si pudiera surgir un peligro en cualquier momento.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante el último mes, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Me siento responsable de lo que pasó.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante el último mes, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Noto mis emociones apagadas, como si estuvieran anestesiadas.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Administra tus cuestionarios en línea

Envía un enlace a tu paciente: responde desde el móvil o el ordenador, y recibes los resultados corregidos por email.

Ver el cuestionario en mentaal.org ›

Corrección e interpretación

Corrección

Cada afirmación se puntúa de 0 (nunca) a 4 (muy a menudo) según su frecuencia durante el último mes. Cada dominio agrupa 4 afirmaciones repartidas a lo largo del cuestionario, lo que da una puntuación de 0 a 16.

Lectura del perfil

No hay puntuación global: los dominios se ordenan del más al menos elevado, cada uno con lo que abarca y los aspectos a explorar en la entrevista. Los tres primeros dominios (reexperimentación, evitación, sensación de amenaza) corresponden al trastorno de estrés postraumático; la culpa y la vergüenza, el desbordamiento emocional y las dificultades relacionales se acercan a las alteraciones en la autoorganización descritas en el trastorno complejo. El perfil ayuda a elegir entre un trabajo centrado en el trauma y un trabajo previo de estabilización.

Precauciones

Responder al cuestionario puede despertar recuerdos dolorosos: es preferible proponerlo en un momento en que se pueda hablar de ello pronto. La introducción indica al paciente que no tiene que describir los acontecimientos.

Limitaciones

Este cuestionario exploratorio no cuenta con validación psicométrica ni con puntos de corte. Sirve de apoyo a la entrevista clínica y no establece diagnósticos.

Ejemplo de corrección

Corrección

Evitación 13 / 16

Esfuerzos por no pensar en el acontecimiento, no hablar de él y evitar lo que lo recuerda.

Aspectos a explorar: los lugares, personas, actividades y temas evitados, lo que la evitación le cuesta en el día a día.

Sensación de amenaza 10 / 16

Vigilancia permanente, sobresaltos, sensación de que el peligro puede surgir en cualquier momento.

Aspectos a explorar: las situaciones en que aumenta la vigilancia, las conductas de seguridad, el sueño.

Desconexión y desbordamiento 7 / 16

Momentos de distanciamiento (sensación de irrealidad, emociones anestesiadas) y emociones difíciles de calmar.

Aspectos a explorar: los episodios de desconexión y sus desencadenantes, los recursos que usa para calmarse, posibles conductas de riesgo.

Confianza y relaciones 7 / 16

Dificultad para confiar, sensación de distancia con los demás, tendencia a aislarse.

Aspectos a explorar: las relaciones afectadas, las personas de confianza, el apoyo recibido tras el acontecimiento.

Para profundizar: Inventario de Soledad.

Reexperimentación 5 / 16

Recuerdos del acontecimiento que se imponen, pesadillas, sensación de revivirlo, reacciones intensas ante lo que lo recuerda.

Aspectos a explorar: la frecuencia y los desencadenantes de los recuerdos, las pesadillas, las reacciones físicas ante los recordatorios.

Culpa y vergüenza 5 / 16

Culpa, vergüenza, creencias negativas sobre uno mismo o sobre el mundo, surgidas o reforzadas a raíz del acontecimiento.

Aspectos a explorar: lo que la persona se reprocha, lo que el acontecimiento ha cambiado en su visión de sí misma y de los demás.

Por el momento, no se han establecido puntos de corte clínicos ni psicométricos validados para este cuestionario. Por tanto, los resultados deben considerarse indicadores exploratorios, destinados a apoyar la entrevista clínica, y no conclusiones diagnósticas.

¿Eres profesional de la psicología?

Con Mentaal, obtén información útil para acompañar a tus pacientes.

- Tests estandarizados
- Corrección automática
- Resultados por correo electrónico

Probar gratis | Ver todos los cuestionarios

★★★★★

“La corrección automática me ahorra muchísimo tiempo y mis pacientes están mucho más dispuestos a responder los cuestionarios.”

 Natalia A. - Psicóloga online