

Kartleggingsskjema for traumereaksjoner

Dette utforskende spørreskjemaet beskriver ettervirkningene av én eller flere traumatiske hendelser: gjenopplevelser, unngåelse, opplevd trussel, skyld og skam, frakobling og overveldende følelser, og tillit i relasjoner. Det bygger på dimensjonene i posttraumatisk stresslidelse og kompleks posttraumatisk stresslidelse, for å avklare det kliniske bildet og velge mål for behandlingen.

Antall spørsmål	24 spørsmål
Estimert tid	6 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Traumatic Experience Inventory
Målgruppe	Voksne
Kategori	PTSD

Forhåndsvisning av de 24 spørsmålene

Hvor ofte har dette stemt for deg den siste måneden?

Minner om det jeg har opplevd, dukker opp uten at jeg vil det.

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ofte | Svært ofte

Hvor ofte har dette stemt for deg den siste måneden?

Jeg prøver å holde tankene unna det som skjedde.

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ofte | Svært ofte

Hvor ofte har dette stemt for deg den siste måneden?

Jeg er på vakt, som om noe farlig kan skje når som helst.

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ofte | Svært ofte

Hvor ofte har dette stemt for deg den siste måneden?

Jeg føler meg ansvarlig for det som skjedde.

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ofte | Svært ofte

Hvor ofte har dette stemt for deg den siste måneden?

Det føles som om jeg er avskåret fra følelsene mine, som bedøvet.

Aldri | Sjelden | Noen ganger | Ofte | Svært ofte

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Skåring

Hvert utsagn skåres fra 0 (aldri) til 4 (svært ofte) etter hvor ofte det har forekommet den siste måneden. Hvert domene består av 4 utsagn spredt utover skjemaet og gir en skår fra 0 til 16.

Tolkning av profilen

Det finnes ingen totalskår. Domenene rangeres fra mest til minst uttalt, hvert med en beskrivelse av hva det omfatter og hva som bør utforskes i samtalen. De tre første domenene (gjenopplevelser, unngåelse, opplevd trussel) svarer til posttraumatisk stresslidelse. Skyld og skam, overveldende følelser og vansker i relasjoner ligger nær forstyrrelsene i selvorganiseringen som beskrives ved kompleks PTSD. Profilen hjelper med å velge mellom traumefokusert behandling og en forutgående stabiliseringsfase.

Vær oppmerksom på

Å fylle ut skjemaet kan vekke vonde minner. Det er derfor best å gi det på et tidspunkt der det er mulig å snakke sammen kort tid etterpå. Introduksjonen forteller pasienten at hendelsene ikke trenger å beskrives.

Begrensninger

Dette utforskende spørreskjemaet er ikke psykometrisk validert og har ingen terskelverdier. Det er en støtte i den kliniske samtalen og stiller ingen diagnose.

Eksempel på skåring

Skåring

Gjenopplevelser 13 / 16

Påtrengende minner om hendelsen, mareritt, følelsen av å gjenoppleve den, sterke reaksjoner på påminnere.

Utforsk: hvor ofte minnene kommer og hva som utløser dem, mareritt, kroppslige reaksjoner på påminnere.

Frakobling og overveldende følelser 10 / 16

Episoder med frakobling (uvirkelighet, følelsesmessig nummenhet) og følelser som er vanskelige å roe ned.

Utforsk: episodene med frakobling og hva som utløser dem, hva personen gjør for å roe seg ned, eventuell risikoatferd.

Skyld og skam 8 / 16

Skyld, skam, negative antakelser om seg selv eller verden, som har oppstått eller blitt forsterket etter hendelsen.

Utforsk: hva personen bebreider seg selv for, hva hendelsen har endret i synet på seg selv og andre.

Tillit og relasjoner 8 / 16

Vansker med å stole på andre, følelse av avstand til andre, tendens til å isolere seg.

Utforsk: relasjonene som er påvirket, mennesker personen stoler på, støtten personen fikk etter hendelsen.

Kan suppleres med: Kartleggingsskjema for ensomhet.

Unngåelse 7 / 16

Forsøk på å la være å tenke på hendelsen, la være å snakke om den og unngå det som minner om den.

Utforsk: steder, mennesker, aktiviteter og temaer som unngås, hva unngåelsen koster i hverdagen.

Opplevd trussel 5 / 16

Konstant årvåkenhet, skvettenhet, følelsen av at fare kan oppstå når som helst.

Utforsk: situasjoner der årvåkenheten øker, sikkerhetsatferd, søvn.

Det er foreløpig ikke fastsatt validerte kliniske eller psykometriske terskelverdier for dette skjemaet. Resultatene bør derfor betraktes som utforskende indikatorer som kan støtte den kliniske samtalen, ikke som diagnostiske funn.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

"Det er et virkelig pluss i timene når jeg skal vurdere pasienten, og et svært rikt grunnlag for samtaler som utdyper det kliniske arbeidet."

 Ingrid M. - KAT-psykolog