

Inwentarz doświadczeń traumatycznych

Ten kwestionariusz eksploracyjny opisuje skutki jednego lub kilku zdarzeń traumatycznych: ponowne przeżywanie, unikanie, poczucie zagrożenia, poczucie winy i wstyd, odcięcie i przytłaczające emocje oraz zaufanie w relacjach. Obejmuje wymiary zaburzenia stresowego pourazowego (PTSD) i jego złożonej postaci (CPTSD), aby doprecyzować obraz kliniczny i wybrać cele pracy.

Liczba pytań	24 pytania
Szacowany czas	6 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Traumatic Experience Inventory
Grupa docelowa	Dorośli
Kategoria	PTSD

Podgląd 24 pytań

Jak często w ciągu ostatniego miesiąca dotyczyło to Pana/Pani?

Wbrew mojej woli wracają do mnie wspomnienia tego, co mnie spotkało.

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Bardzo często

Jak często w ciągu ostatniego miesiąca dotyczyło to Pana/Pani?

Staram się nie myśleć o tym, co się wydarzyło.

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Bardzo często

Jak często w ciągu ostatniego miesiąca dotyczyło to Pana/Pani?

Mam się na baczności, jakby w każdej chwili groziło mi niebezpieczeństwo.

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Bardzo często

Jak często w ciągu ostatniego miesiąca dotyczyło to Pana/Pani?

Czuję, że ponoszę odpowiedzialność za to, co się wydarzyło.

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Bardzo często

Jak często w ciągu ostatniego miesiąca dotyczyło to Pana/Pani?

Mam wrażenie odcięcia od własnych emocji, jak pod znieczuleniem.

Nigdy | Rzadko | Czasami | Często | Bardzo często

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

Obliczanie wyników

Każde stwierdzenie jest oceniane od 0 (nigdy) do 4 (bardzo często) według tego, jak często występowało w ciągu ostatniego miesiąca. Każdy obszar obejmuje 4 stwierdzenia rozmieszczone w całym kwestionariuszu, co daje wynik od 0 do 16.

Interpretacja profilu

Nie oblicza się wyniku ogólnego: obszary są uszeregowane od najbardziej do najmniej nasilonego, a przy każdym podano, czego dotyczy i jakie kwestie warto zbadać w wywiadzie. Pierwsze trzy obszary (ponowne przeżywanie, unikanie, poczucie zagrożenia) odpowiadają zaburzeniu stresowemu pourazowemu; poczucie winy i wstyd, przytłaczające emocje i trudności w relacjach są bliskie zaburzeniom samoorganizacji opisanym w złożonej postaci zaburzenia. Profil pomaga wybrać między pracą skoncentrowaną na traumie a wcześniejszą pracą nad stabilizacją.

Na co zwrócić uwagę

Wypełnianie kwestionariusza może przywołać bolesne wspomnienia: lepiej zaproponować go w momencie, gdy szybko możliwa będzie rozmowa. We wprowadzeniu pacjent dowiaduje się, że nie musi opisywać zdarzeń.

Ograniczenia

Ten kwestionariusz eksploracyjny nie przeszedł walidacji psychometrycznej i nie ma punktów odcięcia. Wspiera wywiad kliniczny i nie służy do stawiania diagnozy.

Przykład obliczania wyników

Wyniki

Poczucie winy i wstyd — 10 / 16

Poczucie winy, wstyd, negatywne przekonania o sobie lub o świecie, które pojawiły się lub nasiliły po zdarzeniu.

Do zbadania: co osoba sobie zarzuca, co zdarzenie zmieniło w jej postrzeganiu siebie i innych.

Ponowne przeżywanie 9 / 16

Narzucające się wspomnienia zdarzenia, koszmary senne, poczucie przeżywania go na nowo, silne reakcje na to, co je przypomina.

Do zbadania: częstość i wyzwalacze wspomnień, koszmary, reakcje fizyczne na to, co przypomina zdarzenie.

Unikanie 6 / 16

Wysiłki, by nie myśleć o zdarzeniu, nie mówić o nim i unikać tego, co je przypomina.

Do zbadania: unikane miejsca, osoby, zajęcia i tematy, koszty unikania w codziennym życiu.

Poczucie zagrożenia 5 / 16

Stała czujność, reakcje przestrachu, poczucie, że niebezpieczeństwo może pojawić się w każdej chwili.

Do zbadania: sytuacje, w których czujność rośnie, zachowania zabezpieczające, sen.

Odcięcie i przytłaczające emocje 5 / 16

Chwile odcięcia (poczucie nierealności, znieczulenie emocjonalne) i emocje trudne do uspokojenia.

Do zbadania: epizody odcięcia i ich wyzwalacze, sposoby uspokajania się, ewentualne zachowania ryzykowne.

Zaufanie i relacje 5 / 16

Trudność z zaufaniem, poczucie dystansu wobec innych, skłonność do izolowania się.

Do zbadania: relacje, na które to wpływa, osoby godne zaufania, wsparcie otrzymane po zdarzeniu.

Do pogłębionej oceny: Inwentarz samotności.

Dla tego testu nie ustalono jeszcze zwalidowanych klinicznych ani psychometrycznych punktów odcięcia. Wyniki należy więc traktować jako wskaźniki eksploracyjne, które mają wspierać wywiad kliniczny, a nie jako wnioski diagnostyczne.

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo | Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Mentaal stał się dla mnie niezastąpionym sprzymierzeńcem, który pomaga uporządkować proces oceny i pogłębić kliniczne rozumienie moich pacjentów.”

 Joanna P. - Psycholog CBT