

Inventorium över traumatiska upplevelser

Detta utforskande formulär beskriver hur en eller flera traumatiska händelser påverkar personen: återupplevande, undvikande, känsla av hot, skuld och skam, avstängdhet och känslostormar, tillit i relationer. Det utgår från dimensionerna i posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) och komplex PTSD för att precisera den kliniska bilden och välja behandlingsmål.

Antal frågor	24 frågor
Beräknad tid	6 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Traumatic Experience Inventory
Målgrupp	Vuxna
Kategori	PTSD

Förhandsgranskning av de 24 frågorna

Hur ofta har detta stämt in på dig under den senaste månaden?

Minnen av det jag har varit med om dyker upp utan att jag vill det.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Mycket ofta

Hur ofta har detta stämt in på dig under den senaste månaden?

Jag försöker låta bli att tänka på det som hände.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Mycket ofta

Hur ofta har detta stämt in på dig under den senaste månaden?

Jag är på min vakt, som om något farligt kunde hända när som helst.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Mycket ofta

Hur ofta har detta stämt in på dig under den senaste månaden?

Jag känner mig ansvarig för det som hände.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Mycket ofta

Hur ofta har detta stämt in på dig under den senaste månaden?

Det känns som att jag är avskuren från mina känslor, som bedövad.

Aldrig | Sällan | Ibland | Ofta | Mycket ofta

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

Poängsättning

Varje påstående poängsätts från 0 (aldrig) till 4 (mycket ofta) utifrån hur ofta det har förekommit under den senaste månaden. Varje område består av 4 påståenden spridda i formuläret, vilket ger en poäng från 0 till 16.

Tolkning av profilen

Det finns ingen totalpoäng: områdena rangordnas från mest till minst framträdande, vart och ett med en beskrivning av vad det omfattar och vad som kan utforskas i samtalet. De tre första områdena (återupplevande, undvikande, känsla av hot) motsvarar PTSD; skuld och skam, känslostormar och relationssvårigheter ligger nära de störningar i självorganiseringen som beskrivs vid komplex PTSD. Profilen hjälper till att välja mellan traumafokuserat arbete och ett inledande stabiliseringsarbete.

Viktigt att tänka på

Att fylla i formuläret kan väcka jobbiga minnen: erbjud det helst vid en tidpunkt då det finns möjlighet till ett samtal kort därefter. I introduktionen står det att patienten inte behöver beskriva händelserna.

Begränsningar

Detta utforskande formulär har inte genomgått någon psykometrisk validering och saknar gränsvärden. Det är ett stöd i det kliniska samtalet och ställer ingen diagnos.

Exempel på poängsättning

Poängsättning

Avstängdhet och känslostormar 11 / 16

Stunder av frånkoppling (overklighetskänsla, bedövade känslor) och känslor som är svåra att lugna.

Att utforska: episoder av avstängdhet och vad som utlöser dem, sätt att lugna sig, eventuella riskbeteenden.

Tillit och relationer 10 / 16

Svårt att lita på andra, känsla av distans till andra, tendens att isolera sig.

Att utforska: vilka relationer som har påverkats, personer som går att lita på, stödet efter händelsen.

Fördjupa med: Inventorium över ensamhet.

Återupplevande 7 / 16

Påträngande minnen av händelsen, mardrömmar, känslan av att återuppleva den, starka reaktioner på det som påminner om den.

Att utforska: hur ofta minnena kommer och vad som utlöser dem, mardrömmarna, kroppsliga reaktioner på påminnelser.

Undvikande 7 / 16

Försök att inte tänka på eller prata om händelsen och att undvika det som påminner om den.

Att utforska: platser, personer, aktiviteter och ämnen som undviks, vad undvikandet kostar i vardagen.

Känsla av hot 7 / 16

Ständig vaksamhet, lättskrämdhet, känslan av att fara kan uppstå när som helst.

Att utforska: situationer där vaksamheten ökar, säkerhetsbeteenden, sömnen.

Skuld och skam 7 / 16

Skuld, skam, negativa föreställningar om sig själv eller världen, som har uppstått eller förstärkts sedan händelsen.

Att utforska: vad personen förebrår sig själv för, vad händelsen har förändrat i synen på sig själv och andra.

Inga validerade kliniska eller psykometriska gränsvärden har ännu fastställts för det här formuläret. Resultaten bör därför ses som explorativa indikatorer som kan stödja den kliniska intervjun, inte som diagnostiska fynd.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt

Se alla formulär

★★★★★

“Den automatiska poängsättningen sparar enormt mycket tid åt mig, och mina patienter är betydligt mer villiga att fylla i formulären.”

Sara A. - Psykolog online