

Traume- og PTSD-screening (TRAPS II)

DEL 1. Spørsmålene under refererer til hendelser som kan ha inntruffet når som helst i livet ditt, inkludert tidlig barndom. Vennligst marker med et kryss på alle spørsmål om noe av dette har skjedd med deg. Dersom du ikke ønsker å svare på et spørsmål kan du la det stå ubesvart.

	JA	NEI
1 Har du noen gang hatt en livstruende sykdom?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Har du noen gang vært med i en livstruende ulykke?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Har du noen gang vært direkte berørt av en naturkatastrofe?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Har du noen gang blitt utsatt for ran eller overfall med bruk av fysisk makt eller våpen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Har noen i din aller nærmeste familie, samboer/kjæreste eller svært nær venn dødd i ulykke, drap eller selvmord?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Har du noen gang opplevd at noen (<i>foreldre, annet familie-medlem, partner, bekjent eller andre</i>) ved bruk av fysisk makt eller trusler har tvunget deg til å ha samleie eller oralsex eller analsex mot din vilje (<i>enten ved å fysisk tvinge deg, true deg, eller ved å utnytte en situasjon der du ikke kunne forsvare deg, for eksempel at du sov eller var bevisstløs/beruset</i>)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Annet enn de hendelsene du allerede har krysset av for: Har du noen gang opplevd at noen har berørt kjønnsorganene dine mot din vilje, eller fått deg til å berøre sitt kjønnsorgan mot din vilje?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Da du var barn: Opplevde du at en av foreldrene dine, en omsorgsperson eller en annen person noen gang sparket deg, slo deg, eller på annen måte angrep eller skadet deg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Som voksen: Har du noen gang blitt sparket, slått, banket opp eller på annen måte blitt fysisk skadet av en partner, en kjæreste, et familiemedlem, en bekjent eller en annen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Har en av foreldrene dine, en kjæreste/partner eller familiemedlem gjentatte ganger latterliggjort deg, ydmyket deg eller fortalt deg at du ikke er noen ting verdt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11 Har noen utenfor familien, som medelever eller kollegaer, gjentatte ganger latterliggjort deg, ydmyket deg eller fortalt deg at du ikke er noen ting verdt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12 Annet enn de hendelsene du allerede har krysset av for: Har du noen gang opplevd at noen har truet deg med et våpen (<i>som for eksempel en kniv eller en pistol</i>)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13 Har du noen gang vært vitne til at en annen person ble drept, alvorlig skadet, mishandlet eller utsatt for et seksuelt overgrep?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14 Har du noen gang opplevd noen annen situasjon der du ble alvorlig skadet eller livet ditt var i fare (<i>for eksempel militær strid, opphold i krigssone eller et terrorangrep</i>)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15 Annet enn de hendelsene du allerede har krysset av for: Har du noen gang opplevd noen annen situasjon som var veldig skremmende eller fryktelig, eller der du følte deg svært hjelpeløs? Vennligst beskriv:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

VENNLIGST SNU ARKET

Basert på Stressful Life Events Screening Questionnaire-revised (SLESQ), Goodman, Corcoran, Turner, Yan, & Green, 1998. Norsk oversettelse ved Thoresen & Øverli (2013). Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS).

DEL 2. Vennligst oppgi hendelsen(e) som gir deg mest plager og besvar spørsmålene under med tanke på denne hendelsen(e).

Kort beskrivelse av hendelsen(e): _____

Under finner du en liste over problemer som mennesker som har vært igjennom belastende eller traumatiske hendelser noen ganger opplever. Vennligst les hvert spørsmål nøye, og sett ring rundt et av tallene til høyre for å angi hvor mye du har vært plaget av det problemet **den siste måneden**.

	Ingenting	Noe	Moderat	Mye	Ekstremt
P1 Urovekkende drømmer der deler av hendelsen avspilles igjen og igjen, eller som er klart relatert til hendelsen.	0	1	2	3	4
P2 Sterke bilder eller minner som noen ganger kommer inn i bevisstheten din, og der du føler at det som hendte skjer igjen her og nå.	0	1	2	3	4
P3 Unngår indre påminnelser om den belastende hendelsen (for eksempel tanker, følelser eller kroppslige fornemmelser).	0	1	2	3	4
P4 Unngår ytre påminnelser om den belastende hendelsen (for eksempel personer, steder, samtaletema, gjenstander, aktiviteter eller situasjoner).	0	1	2	3	4
P5 Er årvåken, på utkikk eller på vakt.	0	1	2	3	4
P6 Føler deg skvetten eller lettskremt.	0	1	2	3	4

I løpet av den siste måneden har problemene over:

P7 Påvirket dine relasjoner eller ditt sosiale liv.	0	1	2	3	4
P8 Påvirket jobben din, eller din evne til å arbeide.	0	1	2	3	4
P9 Påvirket andre viktige områder av livet ditt, som foreldrerollen, skole, studier eller andre viktige aktiviteter.	0	1	2	3	4

Nedenfor er problemer eller symptomer mennesker som har vært igjennom belastende eller traumatiske hendelser noen ganger opplever. Spørsmålene handler om måter du typisk føler, tenker om deg selv på og forholder deg til andre. Besvar det følgende ved å tenke over **hvor sann hver påstand er om deg**.

	Ingenting	Noe	Moderat	Mye	Ekstremt
C1 Når jeg er opprørt, tar det meg lang tid å roe meg ned igjen.	0	1	2	3	4
C2 Jeg kjenner meg nummen eller følelsesmessig avstengt.	0	1	2	3	4
C3 Jeg føler meg mislykket.	0	1	2	3	4
C4 Jeg føler meg verdiløs.	0	1	2	3	4
C5 Jeg føler meg fjern eller avskåret fra andre mennesker.	0	1	2	3	4
C6 Jeg opplever det vanskelig å være følelsesmessig nær andre.	0	1	2	3	4

I løpet av den siste måneden, har disse problemene med følelser, oppfatninger om deg selv og i relasjoner:

C7 Skapt bekymring eller uro i dine relasjoner eller ditt sosiale liv.	0	1	2	3	4
C8 Påvirket jobben din, eller din evne til å arbeide.	0	1	2	3	4
C9 Påvirket andre viktige områder av livet ditt, som foreldrerollen, skole, studier eller andre viktige aktiviteter.	0	1	2	3	4