

Internationale Skala zur Anhaltenden Trauerstörung: Version Trauernde (IPGDS-GER)

Integration der PG-13 (Prigerson, Vanderwerker, & Maciejewski, 2008) und des SCI-CG (Bui et al., 2015).

Anleitung: Bitte markieren Sie die Antwort, welche Ihre Gefühle, Gedanken und Ihr Verhalten während der **letzten Woche** am besten beschreiben.

Standard Skala

	Gar Nicht (1)	Selten (2)	Manchmal (3)	Oft (4)	Immer (5)
1. Ich sehne mich nach der verstorbenen Person oder habe ein starkes Verlangen nach ihr.	1	2	3	4	5
2. Ich kann mich nicht von Gedanken an die verstorbene Person oder die Todesumstände lösen.	1	2	3	4	5
3. Meine Trauer über den Verlust ist unbeschreiblich intensiv.	1	2	3	4	5
4. Ich verspüre starke Schuldgefühle aufgrund des Todes oder der Todesumstände.	1	2	3	4	5
5. Ich bin wütend über den Verlust.	1	2	3	4	5
6. Ich versuche, Erinnerungen an die verstorbene Person oder den Verlust zu vermeiden (z.B. Photos ansehen).	1	2	3	4	5
7. Ich mache andere oder die Umstände für den Tod verantwortlich (z.B. Ärzte, höhere Mächte).	1	2	3	4	5
8. Ich kann oder will den Verlust nicht akzeptieren.	1	2	3	4	5
9. Ich habe das Gefühl, mit dem Verlust einen Teil meiner selbst verloren zu haben.	1	2	3	4	5
10. Seit dem Verlust kann oder will ich keine Freude oder Zufriedenheit verspüren.	1	2	3	4	5
11. Ich fühle mich emotional taub.	1	2	3	4	5
12. Ich habe Schwierigkeiten Dinge zu tun, an welchen ich vor dem Verlust Freude hatte.	1	2	3	4	5
13. Die Trauer schränkt meine Fähigkeit, den Alltag zu meistern, deutlich ein (z.B. Arbeitsfähigkeit, Geselligkeit).	1	2	3	4	5
14. Ich denke, dass meine Trauer anders ist (z.B. intensiver, stärker, zeitlich länger), als Menschen um mich herum oder meine Kultur dies erwarten würde.					

15. Wie lange liegt der Verlust zurück?

- a) Weniger als 6 Monate
- b) 6-12 Monate
- c) 1-5 Jahre
- d) 5-10 Jahre
- e) 10-20 Jahre
- f) Über 20 Jahre

Kulturspezifische Symptome

Anleitung: Bitte beantworten Sie folgende Fragen, falls Ihre Trauererfahrung nicht adäquat durch die vorherigen Fragen wiedergespiegelt wurde.

	Gar Nicht (1)	Selten (2)	Manchmal (3)	Oft (4)	Immer (5)
1. Seit dem Verlust habe ich starke körperliche Beschwerden (e.g., Kopfschmerzen, Schwierigkeiten zu essen).	1	2	3	4	5
2. Ich tue die unterschiedlichsten Dinge, um mich der verstorbenen Person nahe zu fühlen (z.B. Besuch des Grabes, Schlafen neben dem Bild).	1	2	3	4	5
3. Mein Verhalten hat sich seit dem Verlust deutlich negativ verändert (z.B. übermäßiger Alkoholkonsum).	1	2	3	4	5
4. Der Verlust hat mein Vertrauen in das Leben oder meinen Glauben an eine höhere Macht stark erschüttert.	1	2	3	4	5
5. Ich kann mich kaum konzentrieren.	1	2	3	4	5
6. Meine Trauer ist so intensiv wie am ersten Tag (ich stecke in meiner Trauer fest).	1	2	3	4	5
7. Ich kann meinen Alltagsrhythmus nicht wiederfinden.	1	2	3	4	5

8. Ich fühle mich wie gelähmt, abgegrenzt, fremd (z.B. als wäre ich nicht in meinem eigenen Körper).	1	2	3	4	5
9. Ich habe keine Energie oder Antrieb etwas zu tun.	1	2	3	4	5
10. Seit dem Verlust ist das Leben bedeutungslos.	1	2	3	4	5
11. Ich möchte sterben, um bei der verstorbenen Person zu sein.	1	2	3	4	5
12. Ich fühle mich anderen Personen nicht nahe oder ziehe keine Befriedigung aus sozialen Kontakten.	1	2	3	4	5
13. Seit dem Verlust habe ich die Kontrolle über mein eigenes Leben verloren.	1	2	3	4	5
14. Ich suche nach der verstorbenen Person in der Hoffnung sie zu finden.	1	2	3	4	5
15. Ich blicke ständig auf die verlorene Beziehung zurück.	1	2	3	4	5
16. Seit dem Verlust fühle ich mich so hilflos.	1	2	3	4	5
17. Ich habe das Gefühl, dass die verstorbene Person bei mir ist.	1	2	3	4	5
18. Ich schreie auf, wenn ich an den Verlust denke.	1	2	3	4	5
19. Seit dem Verlust kann ich Anderen nicht mehr vertrauen.	1	2	3	4	5