

International Trauma Questionnaire - Questionário Internaacional de Trauma (ITQ)

Instruções:

Em baixo encontra uma lista de problemas e queixas que as pessoas por vezes têm após um acontecimento traumático ou experiências de vida stressantes. Por favor, identifique a experiência que mais o preocupa e responda às questões que se seguem considerando o que sente face a esse acontecimento.

Acontecimento: _____

Quando é que aconteceu? (faça círculo)

- a. menos de 6 meses
- b. 6 a 12 meses
- c. 1 a 5 anos
- d. 5 a 10 anos
- e. 10 a 20 anos
- f. mais de 20 anos

Por favor, leia cada item com cuidado, depois faça círculo num dos números à direita para indicar o quanto tem sido incomodado por esse problema no último mês.

	<i>Nunca</i>	<i>Às vezes</i>	<i>Moderada-mente</i>	<i>Muito</i>	<i>Extrema-mente</i>
1. Sonhos perturbadores que repetem parte do acontecimento ou estão claramente relacionados com ele?	0	1	2	3	4
2. Imagens intensas ou memórias que por vezes lhe surgem na mente, que fazem com que sinta que o acontecimento está a ocorrer de novo, aqui e agora?	0	1	2	3	4
3. Sentir-se muito perturbado quando algo lhe recorda o acontecimento?	0	1	2	3	4
4. Evitar memórias internas do acontecimento (por exemplo, pensamentos, sentimentos ou sensações físicas)?	0	1	2	3	4
5. Evitar estímulos/coisas que fazem lembrar o acontecimento (por exemplo, pessoas, lugares, conversas, objetos, atividades ou situações)?	0	1	2	3	4
6. Estar "super-alerta", vigilante ou na defensiva?	0	1	2	3	4
7. Sentir-se nervoso ou facilmente assustado?	0	1	2	3	4

Em baixo encontra uma lista de problemas e queixas que as pessoas por vezes têm em resposta a um acontecimento traumático ou a experiências de vida stressantes.

As questões referem-se aos modos como normalmente se sente, como normalmente pensa sobre si e como normalmente se relaciona com os outros. Responda às questões considerando até que ponto cada afirmação é verdadeira para si.

<i>Quão verdade isto é para si?</i>	<i>Nunca</i>	<i>Às vezes</i>	<i>Moderada-mente</i>	<i>Muito</i>	<i>Extrema-mente</i>
1. Eu reajo intensamente a coisas que parecem não afectar assim tanto as outras pessoas.	0	1	2	3	4
2. Quando estou perturbado/chateado/preocupado, necessito de muito tempo para me acalmar	0	1	2	3	4
3. Os meus sentimentos ficam facilmente magoados.	0	1	2	3	4
4. Tenho episódios de raiva descontrolada.	0	1	2	3	4
5. Eu faço coisas que as pessoas dizem ser perigosas ou imprudentes (por exemplo, conduzir a elevada velocidade)	0	1	2	3	4
6. Sinto-me interiormente adormecido ou emocionalmente desligado	0	1	2	3	4
7. Eu sou o tipo de pessoa que tem dificuldade em sentir prazer ou alegria	0	1	2	3	4
8. Quando estou sob stresse ou tenho lembranças do meu trauma, sinto frequentemente que o mundo está distante ou parece que tudo fica diferente (por exemplo, o tempo passa mais devagar, as coisas parecem diferentes)	0	1	2	3	4
9. Quando estou sob stresse ou tenho lembranças do meu trauma, sinto frequentemente como que se estivesse fora do meu corpo ou sinto algo estranho no meu corpo.	0	1	2	3	4
10. Eu tenho dificuldade em saber o que estou a sentir e a descrever os meus sentimentos	0	1	2	3	4
11. Eu sinto-me um fracasso	0	1	2	3	4
12. Eu sinto-me sem valor	0	1	2	3	4
13. Eu frequentemente sinto vergonha de mim, mesmo que isso faça ou não qualquer sentido.	0	1	2	3	4
14. Eu sinto-me culpado de coisas que fiz ou que deixei de fazer	0	1	2	3	4
15. Sinto-me distante ou cortei relação com as pessoas	0	1	2	3	4
16. Eu acho difícil manter-me emocionalmente próximo das pessoas	0	1	2	3	4
17. Eu evito relacionamentos porque eles acabam por ser demasiado difíceis ou dolorosos	0	1	2	3	4

Em baixo estão problemas ou sintomas que por vezes as pessoas têm e que podem ou não estar relacionados com experiências de vida traumáticas. Simplesmente responda se para si é verdade, ou não.

Para si isto é verdadeiro?	Não	Sim
1. Frequentemente ficou agitado quando pensou que alguém que amava o ia deixar?	0	1
2. As relações com as pessoas que ama têm muitos altos e baixos extremos?	0	1
3. Mudou subitamente a noção de quem é e dos seus objetivos?	0	1
4. A noção de quem é muda frequentemente de forma dramática?	0	1
5. Age de forma diferente com pessoas diferentes ou em diferentes situações de modo que por vezes não sabe quem realmente é?	0	1
6. Tem tido muitas mudanças súbitas nos seus objetivos, planos de carreira, crenças religiosas, entre outras?	0	1
7. Faz frequentemente coisas de forma impulsiva? (por exemplo, gastar dinheiro, sexo, abuso de substâncias, condução perigosa, comer demasiado)	0	1
8. Tentou magoar-se ou matar-se ou ameaçou fazê-lo?	0	1
9. Alguma vez se cortou, queimou ou arranhou de propósito?	0	1
10. Tem frequentemente mudanças súbitas de humor?	0	1
11. Sente-se frequentemente vazio por dentro?	0	1
12. Frequentemente tem explosões temperamentais ou fica tão zangado que perde o controlo?	0	1
13. Quando fica zangado bate nas pessoas ou atira coisas?	0	1
14. Quando está sob muito stresse, fica desconfiado em relação aos outros ou sente-se especialmente desorientado.	0	1

Folha de Sumário

Nome: _____ ID#: _____ Estudo: _____ Data _____

Parte 1. ICD- 11 Sintomas de PPST	Valor	Indique se cumpre Critério
(1) memórias intrusivas		
(2) sonhos perturbadores		
(3) perturbação durante exposição a lembranças (for TBI or early life trauma)		
É necessário pelo menos um sintoma ≥ 2		
(4) evitamento de pensamentos ou sentimentos		
(5) evitamento de actividades, lugares ou pessoas		
É necessário pelo menos um sintoma ≥ 2		
(6) hipervigilância		
(7) respostas de sobressalto exagerado		
É necessário pelo menos um sintoma ≥ 2		
Critério para PPST positivo: Pelo menos um sintoma em cada grupo ≥ 2		

Part 2. ICD- 11 Sintomas de PPST Complexo	Valor	Indique se cumpre critério
Regulação das emoções - Hiperactivação (itens 1-5)		
É necessário um somatório de 10 ou mais		
Regulação das emoções – Desactivação(itens 6-9)		
É necessário um somatório de 8 ou mais		
Auto-conceito negativo (itens 11-14)		
É necessário um somatório de 10 ou mais		
Relacionamentos perturbados (itens 16-18)		
É necessário um somatório de 6 ou mais		
Critérios para PPSTC positivo: Sim a: (1)Pelo menos um tipo de problema na regulação das emoções, Hiperactivação ou desactivação, 2)Auto-conceito negativo, (3)Relacionamentos perturbados e (4) PPST		

Parte 3. DSM-IV BPD Características	Indique se cumpre critério
1. *Medo de abandono (item 1)	
2. Relacionamentos com altos e baixos (item 2)	
3. *Sensação instável de si (itens 3-6; cumpre critério se responder "sim" a qualquer desses itens)	
4. Impulsividade (item 7)	
5. *Tentativa de suicídio ou comportamento de automutilação (itens 8 e 9; cumpre critério se responder "sim" a qualquer desses itens)	
6. Mudanças de humor (item 10)	
7. Vazio (item 11)	
8. Explosões temperamentais (itens 12 e 13; cumpre critério se responder sim a qualquer desses itens)	
9. Dissociação (14)	
BPD Positivo: Se obtiver 5 ou mais respostas positivas	