ШКАЛА ДИССОЦИАТИВНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ МОЛОДЕЖИ – Краткая форма (A-DES 8)

Армстронг, Карлсон, Путнам (1997) / Armstrong, Carlson, Putnam.

Краткая форма по: Мартинез-Табоас и другие(2004). The psychometric properties of a shortened version of the Spanish Adolescent Dissociative Experience Scale. *Journal of Trauma & Dissociation, 5(4), 33-54.*

Перевод: Институт детских травм (Ева Цаоул, Хельга Трауб, Томас Хензель/ Eva Zaoui, Helga Traub, Thomas Hensel)

Перевод с немецкого на русский – Виктория Алексеева (в рамках семинара ЕМДР г. Одесса, сентябрь 2016 г.)

УКАЗАНИЯ

В этих вопросах речь идет о разных видах переживаний, которые могут быть у человека. Возьми в кружок соответствующее число при каждом ответе, это число показывает, насколько сильно коснулось тебя это переживание. «0», если у тебя не было такого переживания, «10» - если это переживание ты испытываешь постоянно. Числа между 1 и 9 лучше всего описывают, как часто ты с этим переживанием сталкиваешься. Свой ответ давай только тогда, когда с тобой происходят эти вещи при условии, что ты не принимал НИКАКОГО алкоголя, НИКАКИХ наркотиков.

Пример

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)

Фамилия..... Возраст/класс.....
пол: М Ж

Дата: _____

1. Я чувствую себя, как будто я в "тумане" или вообще "не тут" и вещи вокруг меня кажутся недействительными.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)

2 .В своей голове я слышу голоса, которые не являются моими.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)

3.Я обнаруживаю себя в каком-то месте, но не могу вспомнить, как я туда попал.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)

4. Я обнаруживаю, что могу сделать так, что не буду ощущать физическую боль.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)

5. Некоторые люди мне говорят, что я иногда веду себя по-другому, как будто я совсем другой человек.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)

6. Я нахожу записи, рисунки или письма, которые должны быть моими, но я не могу вспомнить, что я их сделал.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)

7. Со мной происходит так, как будто я покинул свое тело и наблюдаю за собой, как будто я другой человек.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)

8. Мое тело чувствует себя так, как будто оно мне не принадлежит.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(никогда) (всегда)