

Harvard Trauma Questionnaire

مقياس هارفرد للخبرة الصادمة

Mollica et al , 1992

ترجمة د. عبد العزيز ثابت

الاسم : _____ العمر : _____ الجنس : _____
العنوان : _____ التاريخ : _____

التعليمات :

عزيزي/عزيزتي :

من فضلك فيما يلي مجموعة من الأسئلة تتعلق بخبرتك السابقة و الشكوى الحالية : هذه المعلومات سوف تساعدنا في رعايتك . يمكن أن تسبب بعض الأسئلة مضايقة لك ، اذا كان كذلك فمن حقك ألا تجاوب عليها . هذا سوف لا يؤثر على علاجك . الاجابات ستحفظ في سرية تامة .

الجزء الأول : الخبرات الصادمة

أمامك قائمة لمجموعة من الخبرات الصادمة التي يمكن أن تكون قد تعرضت لها أو شاهدتها أو سمعت عنها ، فارجوا وضع علامة (√) في الخانة الصحيحة .

الرقم	البند	جربتها	شاهدتها	سمعت عنها	لا
١	الحرمان من الماء و الأكل				
٢	تدهور الحالة الجسدية و عدم المقدرة على تلقي العلاج				
٣	الحرمان من المأوى				
٤	السجن				
٥	الاصابات الخطيرة				
٦	حالة وجودك في معركة مسلحة				
٧	غسيل دماغ				
٨	الايذاء الجنسي و الاغتصاب				
٩	العزل بالقوة عن الآخرين				
١٠	كنت قريب من الموت				
١١	الانفصال بقوة عن أعضاء العائلة				
١٢	مقتل أحد أفراد الأسرة أو الأصدقاء				
١٣	موت غير طبيعي لأحد أفراد الأسرة أو الأصدقاء				
١٤	مقتل غرباء				

				التعرض للفقدان أو الاختطاف	١٥
				التعرض للتعذيب	١٦

حدد : _____

أي موقف كنت خائف منه جداً ، أو شعرت بأن حياتك معرضة للخطر
حدد : _____

الجزء الثاني : وصف شخصي

من فضلك صف أكثر الخبرات الصادمة الشديدة التي تعرضت لها (من فضلك حدد أين و متى
حصلت تلك الاحداث) .

.....
.....
.....
.....
.....
.....

من فضلك صف أكثر الخبرات الصادمة التي تعرضت لها في الوقت الحالي .

.....
.....
.....
.....
.....
.....

الجزء الثالث : اصابة بالرأس

١- هل تعرضت لأي من الخبرات التالية :

الرقم	البنود	نعم	لا	التاريخ
١	الطرق			
٢	الخنق			
٣	الضرب على الرأس			

٢- هل فقدت الوعي ، اذا كانت الاجابة بنعم ؟ فما هي المدة ؟

.....

الجزء الرابع : أعراض الخبرة الصادمة

عزيزي/عزيزتي :

من فضلك فيما يلي مجموعة من الأعراض التي قد يشكو منها الأشخاص الذين تعرضوا لخبرات صادمة في حياتهم . من فضلك اقرأ كل سؤال بتمعن و قرر الى أي مدى ضابقتك تلك الأعراض في خلال الأسبوع الماضي :

الرقم	البنود	لا	قليلاً	كثيراً	كثيراً جداً
١	استرجاع الأفكار / الذكريات المؤلمة من أكثر الخبرات الصادمة حدوثاً				
٢	الشعور كما لو أن تلك الاحداث ستحدث مرة أخرى				
٣	الأحلام المزعجة المتكررة				
٤	الشعور بالغبية و الابتعاد عن الناس من حولك				
٥	عدم المقدرة على الشعور و العواطف				
٦	التفزز من سماع صوت فجائي و زيادة الاستثارة				
٧	صعوبة التركيز				
٨	الصعوبة و القلق في النوم				
٩	الشعور بالتحفز الدائم				
١٠	الشعور بالعصبية و نوبات من الغضب				
١١	تجنب النشاطات التي تذكرك بالحدث الصادم				
١٢	عدم القدرة على تذكر أجزاء من الأحداث المصاحبة للخبرة الصادمة				
١٣	فقدان الاهتمام في النشاطات اليومية				

				شعورك بأن لا مستقبل لك	١٤
				تجنب الأفكار أو المشاعر المصاحبة للخبرات الصادمة	١٥
				ردة الفعل الجسدية و العاطفية عند تذكرك لأكثر الخبرات الصادمة ايلاًماً لك	١٦
				شعورك بان الناس مش فاهمين ما حصل لك	١٧
				صعوبة قيامك بواجباتك اليومية	١٨
				تلوم نفسك على أشياء حصلت لك من قبل	١٩
				شعورك بالذنب لأنك نجوت	٢٠
				فقدان الأمل	٢١
				الشعور بالذنب نتيجة ؟؟؟؟ للخبرة الصادمة	٢٢
				قضاء وقت طويل في التفكير حول سبب حدوث تلك الأحداث لك	٢٣
				شعورك بأنك على حافة أن تصبح مجنون	٢٤
				شعورك بأنك الشخص الوحيد الذي عانى من محنة الخبرة الصادمة	٢٥
				شعورك بأن الآخرين عدائيين تجاهك	٢٦
				الشعور بأن لا يوجد شخص تعتمد عليه	٢٧
				المعرفة أو اخبارك عن الآخرين بأنك فعلت أشياء لا تستطيع أن تتذكر بأنك عملتها	٢٨
				شعورك بأن عندك ازدواجية في الشخصية و كل شخصية لا تتعرف على الأخرى	٢٩
				شعورك بأن شخص تثق به يخونك	٣٠