

Шкала оценки влияния травматического события (Impactofeventscale-r- 1es-r) [1]

Имя _____

Образование _____

Семейное положение _____

Возраст _____

Пол: _____ М Ж

Дата « _____ » 200__ г.

ИНСТРУКЦИЯ: Ниже приведены описания переживаний людей, которые перенесли тяжелые стрессовые ситуации. Оцените, в какой степени вы испытывали такие чувства по поводу подобной ситуации, когда-то пережитой вами

(_____
_____).

Для этого выберите и обведите кружком цифру, соответствующую тому, как часто вы испытывали подобное переживание в течение последних 7 дней, включая сегодняшний.

	Никогда 0	Редко 1	Иногда 3	Часто 5
1. Любое напоминание об этом событии (ситуации) заставляло меня заново переживать все случившееся.				
2. Я не мог спокойно спать по ночам				
3. Некоторые вещи заставляли меня все время думать о том, что со мной случилось				
4. Я чувствовал постоянное раздражение и гнев				
5. Я не позволял себе расстраиваться, когда я думал об этом событии или что-то напоминало мне о нем				
6. Я думал о случившемся против своей воли				
7. Мне казалось, что всего случившегося со мной как будто не было на самом деле или все, что тогда происходило, было нереальным				
8. Я старался избегать всего, что могло бы мне напомнить о случившемся				
9. Отдельные картины случившегося внезапно возникали в сознании				
10. Я был все время напряжен и сильно вздрагивал, если что-то внезапно пугало меня				
11. Я старался не думать о случившемся				
12. Я понимал, что меня до сих пор буквально переполняют тяжелые переживания по поводу того, что случилось, но ничего не делал, чтобы их избежать				

13. Я чувствовал что-то вроде оцепенения, и все мои переживания по поводу случившегося были как будто парализованы				
14. Я вдруг замечал, что действую или чувствую себя так, как будто бы все еще нахожусь в той ситуации				
15. Мне было трудно заснуть				
16. Меня буквально захлестывали непереносимо тяжелые переживания, связанные с той ситуацией				
17. Я старался вытеснить случившееся из памяти				
18. Мне было трудно сосредоточить внимание на чем-либо				
19. Когда что-то напоминало мне о случившемся, я испытывал неприятные физические ощущения – потел, дыхание сбивалось, начинало тошнить, учащался пульс и т п				
20. Мне снились тяжелые сны о том, что со мной случилось				
21. Я был постоянно насторожен и все время ожидал, что случится что-то плохое				
22. Я старался ни с кем не говорить о случившемся				

Ключи к обработке

Субшкала «вторжение» сумма баллов пунктов 1, 2, 3, 6, 9, 16, 20

Субшкала «избегание» сумма баллов пунктов 5, 7, 8, 11, 12, 13, 17, 22

Субшкала «физиологическая возбудимость» сумма баллов пунктов 4, 10, 14, 15, 18, 19, 21

Средние значения показателей методики ШОВТС (IES-R)(Тарабрина, 2001)

	IN	AV	AR	IES-R
Пожарные	5,76 ±5,71	7,26 ±6,73	3,63 ±3,99	16,64 ±14,75
Студенты	10,20 ±8,22	12,17 ±8,79	7,23 ±7,46	29,61 ±21,76
Спасатели	5,95 ±3,93	5,09 ±5,47	3,35 ±3,63	14,40 ±11,05
Сотрудники МВД	7,65 ±6,31	9,26 ±6,08	5,50 ±6,18	22,41 ±17,33
Военнослужащие	8,89 ±8,03	9,48 ±7,77	6,40 ±6,40	24,78 ±20,38
Беженцы, «норма»	14,58 ±10,83	14,94 ±9,90	11,27 ±9,87	40,79 ±28,19
Беженцы, ПТСР	27,43 ±6,00	27,43 ±5,91	22,57 ±8,06	77,43 ±14,25
Ликвидаторы, «норма»	14,68 ±8,96	14,38 ±9,30	13,33 ±8,81	42,39 ±24,94
Ликвидаторы, ПТСР	24,33 ±9,07	20,67 ±5,03	23,33 ±2,89	68,33 ±8,02

IN– субшкала «вторжение»,

AV– субшкала «избегание»,

AR– субшкала «физиологическая возбудимость»,

IES-R– общий балл

Источник:

1. Тарабрина, Н. В. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса: – Москва: Когито-Центр, 2007.