

## كيف صرت أفكر وأشعر منذ وقوع الحادث المرعب

Wie habe ich angefangen zu denken und zu fühlen, seitdem das furchtbare Erlebnis passiert ist

نريد أن نعرف ما هي الأفكار والأحاسيس الموجودة لديك منذ وقوع الحادث المرعب. ستجد أدناه قائمة من الأقوال. رجاءاً إقرأ كل واحد منها بتأني وأعلمنا بمدى موافقتك أو عدم موافقتك عليها وذلك بوضع علامة عند المربع الملائم. الأشخاص المختلفون اللذون يتعرضون لحوادث مرعبة يكوّنون ردود فعل مختلفة، وتبعاً لذلك لا توجد أجوبة صحيحة أو أجوبة خاطئة على الأقوال التالية.

Wir würden gerne wissen, welche Gedanken und Gefühle Sie haben, seitdem das furchtbare Erlebnis passiert ist. Sie finden unten eine Liste von Items.

Bitte lesen Sie jedes Item genau und teilen Sie es uns mit, in wie weit Sie voll zustimmen oder gar nicht zustimmen, mit der Möglichkeit ein Häkchen in dem passenden Kasten anzukreuzen. Die unterschiedlichen Menschen, die furchtbare Erlebnisse erleben, zeigen unterschiedliche Reaktionen, aus diesem Grund gibt es keine richtigen oder falschen Antworten auf die nächsten Items.

موافق جداً	موافق قليلاً	غير موافق قليلاً	غير موافق أبداً	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1. كل شخص يمكنه إيذائي Jede Person kann mich verletzen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2. كل شخص يخذلني Jede Person kann mich enttäuschen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3. أنا جبان Ich bin feige
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4. ردود فعلي منذ وقوع الحادث المرعب تعني بأنني تغيرت للأسوء Meine Reaktionen seitdem das Erlebnis passiert ist, bedeutet dass ich mich

				verschlechtert habe	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	أنا لا أثق بأحد	5.
				Ich vertraue gar keinen	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	ردود فعلي منذ وقوع الحادث المرعب تعني بأنني لست على ما يرام بشكل جدي	6.
				Meine Reaktionen seitdem das Erlebnis passiert ist, bedeutet dass ich im ernst nicht in Ordnung bin.	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	أنا لا أصلح لشيء	7.
				Ich bin nichts Wert	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	عدم تغلبي على الخوف يعني بأنني فاشل	8.
				Dadurch, dass ich nicht meine Angst beseitigen konnte, bedeutet das, dass ich Versager bin.	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	الأشياء الصغيرة تغضبني	9.
				Kleinigkeiten regen mich auf	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	أنا لا أتدبر أمري عندما لا تسير الأمور على ما يرام	10.
				Ich komme nicht klar, wenn Sachen nicht in Ordnung laufen	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	أنا لا أستطيع منع الأشياء السيئة من الحصول لي	11.
				Ich kann furchtbare Erlebnisse nicht verhindern, die mir passieren	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	يجب أن أكون حذرا من الأخطار دائما	12.
				Ich muss immer von Fehlern vorsichtig sein	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	ردود فعلي منذ وقوع الحادث المرعب تعني بأنني لن أتغلب عليها أبدا	13.
				Meine Reaktion auf den furchtbaren Unfall, bedeutet dass ich nie drüber kommen würde (?)	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	كنت إنسانا سعيدا لكني الآن دائما حزين	14.

				Ich war ein glücklicher Mensch, aber jetzt bin ich immer traurig	
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	الأمر السيئ تحصل دائما Die furchtbaren Dinge passieren immer	15 .
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	لن أتمكن من أجعل مشاعري طبيعية أبدا (لغة عربية أفضل: )لن أتمكن أبدا من جعل مشاعري طبيعية Ich werde das nicht erreichen, meine Gefühle normal zu kriegen	16 .
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	أن خائف من أن أغضب بشكل يجعلني أكسر شيئا أو أؤذي شخصا ما Ich habe Angst, dass ich auf einer Art und Weise wütend werde, dass ich etwas brechen könnte oder jemanden verletzen könnte	17 .
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	الحياة غير منصفة Das Leben ist unfair	18 .
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	لقد تدمرت حياتي منذ وقوع الحادث المرعب <i>Mein Leben ist zerstört seitdem der furchtbare Unfall passiert ist</i>	19 .
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	أشعر بأني شخص آخر منذ وقوع الحادث المرعب Ich fühle mich wie eine andere Person, seitdem der furchtbare Unfall passiert ist	20 .
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	ردود فعلي منذ وقوع الحادث المرعب تثبت بأني سأجن <i>Meine Reaktion seitdem der furchtbare Unfall passiert ist, bestätigt, dass ich verrückt werde</i>	21 .
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	لن يحصل لي أي شيء جيد بعد الآن Ab Jetzt wird es mir nichts mehr Gutes passieren	22 .
[ ]	[ ]	[ ]	[ ]	سيحصل شيء رهيب إذا ما حاولت السيطرة على تفكيري بالحادث المرعب	23 .

				<i>Es wird Schlimmes geschehen, wenn ich meine Gedanken über den Unfall nicht mehr kontrollieren kann</i>	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>الحادث المرعب غيرني للأبد</p> <p><i>Der furchtbare Unfall hat mich für mich immer verändert</i></p>	24
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>عليّ البقاء حذرا لأن شيئا سيئا سيحصل فعلا</p> <p>Ich muss vorsichtig bleiben, weil es tatsächlich etwas Schlimmes geschehen wird (oder passieren wird)</p>	25

## **Child Post-Traumatic Cognitions Inventory (cPTCI) - scoring**

### **“Disturbing and permanent change” component (13 items)**

Items 4, 6, 8, 13, 14, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24

4. My reactions since the frightening event mean I have changed for the worse.
6. My reactions since the frightening event mean something is seriously wrong with me.
8. Not being able to get over all my fears means that I am a failure.
13. My reactions since the frightening event mean I will never get over it.
14. I used to be a happy person but now I am always sad.
16. I will never be able to have normal feelings again.
17. I'm scared that I'll get so angry that I'll break something or hurt someone.
19. My life has been destroyed by the frightening event.
20. I feel like I am a different person since the frightening event.
21. My reactions since the frightening event show that I must be going crazy.
22. Nothing good can happen to me anymore.
23. Something terrible will happen if I do not try to control my thoughts about the frightening event.
24. The frightening event has changed me forever.

### **“Feeble person in a scary world” component (12 items)**

Items 1, 2, 3, 5, 7, 9, 10, 11, 12, 15, 18, 25

1. Anyone could hurt me.
2. Everyone lets me down.
3. I am a coward.
5. I don't trust people.
7. I am no good.
9. Small things upset me.
10. I can't cope when things get tough.

- 11. I can't stop bad things from happening to me.
- 12. I have to watch out for danger all the time.
- 15. Bad things always happen.
- 18. Life is not fair.
- 25. I have to be really careful because something bad could happen.

Score: 1, 2, 3, 4 (for Don't agree at all, Don't agree a bit, Agree a bit, and Agree a lot, respectively).  
No reverse scored items.

More information about the instrument can be obtained by contacting: [r.meiser-stedman@iop.kcl.ac.uk](mailto:r.meiser-stedman@iop.kcl.ac.uk)