

# Posttraumatic Cognition Inventory

Hvordan jeg har tænkt og følt siden den skræmmende hændelse

6-18 år

Vi vil gerne vide noget om de tanker og følelser du har haft siden den skræmmende hændelse. Nedenfor ser du en liste med udsagn. Læs hvert udsagn grundigt og fortæl os i hvilken grad du er enig eller uenig i hvert udsagn ved at sætte et passende tal efter hver sætning. Mennesker reagerer på skræmmende hændelser på mange forskellige måder. Der findes ikke noget rigtigt eller forkert svar på disse udsagn.

	1 Slet ikke enig	2 Lidt uenig	3 Lidt enig	4 Meget enig
1	Hvem som helst kan såre eller skade mig			
2	Alle svigter mig			
3	Jeg er en svag person			
4	Mine reaktioner siden den skræmmende hændelse betyder, at jeg har ændret mig til det værre			
5	Jeg stoler ikke på mennesker			
6	Mine reaktioner siden den skræmmende hændelse betyder, at der er noget alvorligt galt med mig			

Forsætter på næste side ...



Forsættes fra sidste side ...

		1	2	3	4
		Slet ikke enig	Lidt uenig	Lidt enig	Meget enig
7	Jeg er ikke noget værd				
8	Det, at jeg ikke er i stand til at overkomme alt det, jeg er bange for, betyder at jeg er mislykket				
9	Småting forskrækker mig				
10	Når noget bliver vanskeligt, er jeg ikke i stand til at håndtere det				
11	Jeg kan ikke forhindre, at negative ting sker for mig				
12	Jeg må hele tiden holde øje med farer				
13	Mine reaktioner siden den skræmmende hændelse betyder, at jeg aldrig vil komme mig over det, der er sket				
14	Før var jeg en glad person, men nu er jeg altid trist				
15	Der sker altid dårlige ting				
16	Jeg kommer aldrig til at have normale følelser igen				
17	Jeg er bange for, at jeg vil blive så vred at jeg kommer til at ødelægge noget eller skade nogen				



Forsættes fra sidste side ...

		1	2	3	4
		Slet ikke enig	Lidt uenig	Lidt enig	Meget enig
18	Livet er ikke retfærdigt				
19	Mit liv er blevet ødelagt af den skræmmende hændelse				
20	Mit liv er blevet ødelagt af den skræmmende hændelse				
21	Mine reaktioner efter den skræmmende hændelse betyder, at jeg er ved at blive sindssyg				
22	Der kan ikke ske noget godt for mig mere				
23	Hvis jeg ikke prøver at kontrollere mine tanker om den skræmmende hændelse, vil der ske noget forfærdeligt				
24	Den skræmmende hændelse har forandret mig for altid				
25	Jeg må passe meget på, at der ikke sker noget dårligt				

