

Memory Questionnaire (TMQQ)

Questo è un questionario sui tuoi ricordi dell'evento spaventoso. Vorremmo sapere come sono i tuoi ricordi e come ti fanno sentire. Per favore leggi ogni affermazione e dicci quanto sei d'accordo con ciascuna di esse, barrando la casella corrispondente.

	<i>Per nulla d'accordo</i>	<i>Non troppo d'accordo</i>	<i>Un po' d'accordo</i>	<i>Del tutto d'accordo</i>
1. I miei ricordi dell'evento spaventoso sono soprattutto immagini o raffigurazioni visive	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mi sembra di non poter tradurre in parole l'evento spaventoso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Quando ho ricordi di ciò che è successo, qualche volta nella testa sento le cose che ho sentito durante l'evento spaventoso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Quando mi ricordo l'evento spaventoso, mi sembra che stia accadendo proprio ora	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Quando penso all'evento spaventoso, posso talvolta sentire gli odori che ho sentito allora	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Posso parlare tranquillamente di ciò che è successo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Mi ricordo l'evento spaventoso come una manciata di secondi, e ogni momento è un'immagine nella mia mente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. I miei ricordi dell'evento spaventoso sono come un film che viene proiettato in continuazione	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. I miei ricordi dell'evento spaventoso sono molto chiari e dettagliati	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Ricordare cosa è successo durante l'evento spaventoso è come guardare delle fotografie nella mia mente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Quando alla mia mente affiorano ricordi di ciò che è successo, sento il mio corpo nella stessa posizione in cui era quando è accaduto l'evento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Scoring:

1, 2, 3, 4. I punteggi più alti indicano ricordi più “tossici”.

NB *L'item 6 ha uno score invertito.*

Citare questo strumento:

Questo strumento è stato pubblicato qui:

Meiser-Stedman, R., Smith, P., Yule, W., & Dalgleish, T. (2007). The Trauma Memory Quality Questionnaire: preliminary development and validation of a measure of trauma memory characteristics for children and adolescents. *Memory, 15*, 271-279.

Ottenere una copia di questo articolo su *Memory*:

Se desideri una copia di questo articolo, per favore contatta Richard Meiser-Stedman.

Traduzione e adattamento italiano: Dr. Alex Gravante, MD, 2019