

Registrering av mulige reaksjoner på skremmende hendelser

12 - 18 år

| | Ofte | Noen ganger | Aldri |
|---|------|-------------|-------|
| Skvetten, anspent, vansker med å slappe av, uro | | | |
| Uvirkelighetsfølelse, forvirring, vansker med å huske det som har skjedd | | | |
| Fysiske smerter uten kjent årsak (vondt i magen, vondt i hodet, kvalme) | | | |
| Regresjon til atferden til et yngre barn | | | |
| Påfallende reaksjoner ved atskillelse eller ved gjenforening med omsorgsgiver | | | |
| Gjenopplevelser/flashbacks | | | |
| Gjentatt gjenfortelling om den skremmende hendelsen | | | |
| Unngåelse av ting som minner om hendelsen, vil ikke snakke om det | | | |
| Vansker med å formidle følelser, kan virke nummen | | | |
| Tar på seg ansvar for det som har skjedd (skyld og skam) | | | |
| Hevnfantasier og ønske/planer om handlingsrelaterte reaksjoner | | | |
| Tap av interesse for lystbetonte aktiviteter | | | |
| Spisevansker (reduisert appetitt, overspising) | | | |
| Søvnvansker (mareritt, innsovningsvansker, avbrutt søvn) | | | |
| Redusert oppmerksomhet og konsentrasjonsevne | | | |
| Redusert prestasjonsevne | | | |

12 - 18 år • 12 - 18 år • 12 - 18 år • 12 - 18 år • 12 - 18 år • 12 - 18 år • 12 - 18 år • 12 - 18 år • 12 - 18 år • 12 - 18 år

| | Ofte | Noen ganger | Aldri |
|--|------|-------------|-------|
| Unngår øyekontakt og trekker seg unna andre | | | |
| Irritabilitet og intense følelsesutbrudd | | | |
| Tap av selvtillit /selvsikkerhet | | | |
| Virker passiv, stille og tilbaketrukket | | | |
| Selvmordstanker og selvskading (eks kutting, brenning) | | | |
| Upassende seksualisert atferd/berøring av andre voksne og barn | | | |
| Aggressiv/voldelig atferd | | | |
| Bruk av rusmidler, spilleavhengighet | | | |
| Vanskelig forhold til egen seksualitet og intime relasjoner til jevngamle | | | |
| Endret livsholdning (eks prematur voksenidentitet, pessimistisk verdenssyn) | | | |
| Posttraumatisk vekst (innsikt som brukes til ny og hensiktsmessig forståelse av seg og verden) | | | |

Skjemaet er utviklet av Mari Kjølseth Bræin, psykologspesialist, RVTS Øst.
Designet av RVTS Sør.

Kilder:

Traumeguiden (2012). Oversatt og tilrettelagt til norsk av RVTS Sør

ICD 10 (1992) Classification of Mental and Behavioural Disorders, WHO,

National Child Traumatic Stress Network Psykologisk førstehjelp, felthåndbok (2011), National Center for PTSD