

DES

Dette skjemaet består av 28 spørsmål om opplevelser som du kan ha hatt i ditt daglige liv. Vi er interessert i hvor ofte du har slike opplevelser. Det er viktig å merke seg at en ikke spør etter opplevelser du har hatt under rus av alkohol eller andre stoff.

Merk av i hvor stor del av tiden et utsagn passer for deg, ved å sette ring rundt prosenttallet.

Eksempel:

0 %	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100 %
Aldri										Alltid

Dato: Navn: Alder: Kjønn: M/K:

Eve Bernstein Carlson, Ph.D. og Frank W. Putnam, M.D.

Oversatt til norsk av Tor Bøe, Jan Haslerud og Helge Knudsen, Stavanger 1992

DES fåes i norsk oversettelse på nettadressen Sidran.org. Spørsmål angående DES kan for øvrig rettes til psykolog Tor Bøe på e-postadresse: tbo@sir.no

1. Enkelte mennesker merker plutselig, mens de kjører bil, buss eller trikk, at de ikke kan huske hva som har hendt under hele eller deler av turen.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

2. Enkelte mennesker merker plutselig, når de lytter på at en annen snakker, at de ikke har hørt noe eller bare deler av det som er sagt.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

3. Enkelte mennesker opplever å befinne seg på et sted uten å vite hvordan de er kommet dit.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

4. Enkelte mennesker oppdager at de er kledd i klær som de ikke kan huske at de har tatt på seg.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

5. Enkelte mennesker oppdager ting blant sine eiendeler som de ikke kan huske å ha kjøpt.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

6. Enkelte mennesker opplever iblant at personer som de ikke kjenner, tar kontakt med dem, kaller dem ved et annet navn og insisterer på at de har truffet dem før.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

7. Enkelte mennesker har iblant en opplevelse av å stå ved siden av seg selv, eller opplever seg selv gjøre ting som om de ser på en annen person.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

8. Enkelte mennesker blir fortalt at de av og til ikke kjenner igjen venner eller familiemedlemmer.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

9. Enkelte mennesker oppdager at de ikke kan huske viktige hendelser i sitt liv (for eksempel vielsen eller skoleavslutningen).
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

10. Enkelte mennesker opplever å bli anklaget for løgn når de selv ikke mener å ha løyet.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

11. Enkelte mennesker opplever, når de ser seg selv i speilet, at de ikke kjenner seg selv igjen.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

12. Enkelte mennesker opplever iblant at andre personer, ting og verden rundt dem føles uvirkelig.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

13. Enkelte mennesker opplever en følelse av at kroppen deres ikke tilhører dem.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

14. Enkelte mennesker kan iblant oppleve å huske noe så levende at det kjennes som om de opplever det på nytt.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

15. Enkelte mennesker opplever at de ikke er sikre på om hendelser de husker virkelig har hendt, eller om det bare er en drøm.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

16. Enkelte mennesker opplever, når de er på et sted de kjenner, at det føles rart eller fremmed.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

17. Enkelte mennesker opplever, når de ser på TV eller film, at de blir så oppslukte av historien at de ikke følger med på hva som skjer rundt dem.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

18. Enkelte mennesker opplever iblant at en dagdrøm eller fantasi blir så levende at det føles som om det virkelig har hendt.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

19. Enkelte mennesker oppdager at de iblant kan ignorere smerte.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

20. Enkelte mennesker opplever at de iblant sitter og stirrer ut i luften uten å tenke på noe og uten å merke at tiden går.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

21. Enkelte mennesker prater iblant høyt med seg selv når de er alene.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

22. Enkelte mennesker oppdager at de i en situasjon oppfører seg så annerledes enn i en annen situasjon at det er nesten som om de skulle være to forskjellige personer.
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

23. Enkelte mennesker oppdager at de i visse situasjoner uten besvær kan utføre ting som de ellers har store vanskeligheter med (som for eksempel i sport, arbeid, sosiale sammenhenger og lignende).
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

24. Enkelte mennesker opplever iblant at de ikke kan huske om de har utført noe, eller om de bare *tenkte* å gjøre det (for eksempel vet ikke om de har postet brevet eller bare tenkte å gjøre det).
Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

25. Enkelte mennesker finner bevis for at de har gjort ting som de ikke kan huske å ha gjort.

Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

26. Enkelte mennesker finner blant sine egne ting tegninger eller notater som de må ha utført, selv om de ikke kan huske det.

Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

27. Enkelte mennesker hører iblant stemmer i hodet som sier hva de skal gjøre eller kommenterer det de holder på med.

Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

28. Enkelte mennesker føler det noen ganger som om de ser verden i en tåke. Ting og mennesker synes å være fjerne eller uklare.

Merk av i hvor stor del av tiden dette hender deg.

0 % 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 %

Mer info om DES

1. Er et screeningverktøy, kan/skal ikke brukes som diagnostisk verktøy.
2. "Cutoff" skåre på 30, d.v.s. ved gjennomsnittsskåre på 30 anbefales videre utredning med tentativ hypotese om dissosiativ lidelse. Anbefales å fortsette utredning med SCID-D.
3. Det er videre funnet tre underskalaer/faktorer:
 - 3.1. Amnestisk dissosiering: Items 3, 4, 5, 6, 8, 10, 25, 26.
 - 3.2. Absorbering og imaginativ involvering: Items 2, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 22, 23.
 - 3.3. Depersonalisering/derealisasjon: Items 7, 11, 12, 13, 27, 28.
4. "Cutoff" på alle tre underskalaene er, igjen, 30.