

ERRI

Itemii care vizează intruziunea.

După o experiență ca cea prin care ai trecut, oamenii se surprind – uneori, dar nu întotdeauna – gândindu-se la experiența prin care au trecut, chiar dacă nu încearcă să facă acest lucru. Notează, în cazul fiecăruia dintre itemii de mai jos, cât de des te-ai confruntat în săptămânile care au urmat evenimentului, cu experiențele descrise.

Factori

Int	Del
.784	.169 Mă gândeam la eveniment când nu doream acest lucru.
.805	.241 Gândurile legate de eveniment îmi treceau prin cap și nu mă puteam opri să mă gândesc la ele.
.736	.242 Gândurile legate de eveniment îmi distrăgeau atenția și mă împiedicau să mă concentrez.
.826	.238 Nu puteam împiedica imaginile și gândurile legate de eveniment să-ți treacă prin minte
.776	.280 Gânduri, amintiri, sau imagini legate de eveniment îmi treceau prin cap chiar și atunci, când nu doream acest lucru.
.713	.232 Gândurile legate de eveniment mă făceau să re trăiesc experiența.
.754	.260 Lucrurile care îmi aduc aminte de eveniment mă fac să mă gândesc la experiența prin care am trecut.
.793	.225 M-am surprins gândindu-mă automat la ceea ce s-a întâmplat.
.712	.302 Alte lucruri au continuat să mă facă să mă gândesc la experiența prin care am trecut.
.740	.315 Am încercat să nu mă gândesc la eveniment, dar nu am putut evita gândurile care îmi treceau prin minte.

Itemii care vizează deliberarea

După o experiență ca cea prin care ai trecut, oamenii petrec – uneori, dar nu întotdeauna – în mod deliberat și intenționat, timp gândindu-se la experiența prin care au trecut. Notează, în cazul fiecăruia dintre itemii de mai jos, cât de des ai petrecut în săptămânile care au urmat evenimentului, în mod deliberat, timp pentru a te gândi la aspectele semnalate.

.166	.687 M-am gândit dacă aş putea găsi un sens al experienței pe care am trăit-o.
.198	.731 M-am gândit dacă schimbările din viața mea au izvorât cumva din trăirea acestei experiențe.
.175	.621 M-am forțat să mă gândesc la ceea ce simt în legătură cu experiența pe care am trăit-o
.129	.742 M-am gândit dacă am învățat ceva din experiența pe care am trăit-o.
.253	.682 M-am gândit dacă experiența pe care am trăit-o mi-a schimbat convingerile legate de lume.
.291	.583 M-am gândit la ce ar putea însemna experiența pe care am trăit-o pentru viitorul meu.
.249	.681 M-am gândit dacă relațiile mele s-au schimbat în urma trăirii acestei experiențe
.195	.692 M-am forțat să-mi gestionez sentimentele legate de eveniment.
.290	.569 M-am gândit în mod deliberat la cum m-a afectat evenimentul.
.314	.568 M-am gândit la eveniment și am încercat să înțeleg ce s-a întâmplat.

Note: "Int" se referă la dimensiunea intruzivă, iar "Del" la dimensiunea deliberată. N_323.

(Cann, A., Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G., Triplett, K.N., et al. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: the Event Related Rumination Inventory. *Anxiety, Stress & Coping*. 24: 2, 137 – 156.)