Questionário nº: _____

Traumatic Experiences Checklist – TEC

(Nijenhuis, Van der Hart, & Vanderlinden, 1999;

Versão Portuguesa: Chambel, Rocha, & Espírito-Santo, 2008)

No decurso das suas vidas, as pessoas podem experienciar uma variedade de situações traumáticas. Gostaríamos de saber três coisas: 1) se vivenciou alguma das 29 situações que são aqui apresentadas; 2) se sim, que idade tinha quando a situação aconteceu; e, 3) qual foi o impacto elas tiveram para si.

A) Na primeira coluna (por exemplo, isto aconteceu-lhe?), indique se teve alguma das 29 situações, assinalando SIM ou NÂO;

B) Para cada opção onde assinalou SIM indique, numa segunda coluna, a idade em que essa situação ocorreu;
Se aconteceu mais do que uma vez, indique TODAS as idades que tinha quando a situação ocorreu.
Se aconteceu durante alguns anos, indique o intervalo de idade correspondente (por exemplo 7-12 anos).

C) Na coluna final (por exemplo, que impacto teve a situação para si?), indique o IMPACTO que a situação teve para si numa escala de 1 a 5, sendo que:
1 = Nenhum
2 = Pouco
3 = Suficiente
4 = Muito
5 = Muitíssimo

Exemplo:

	Isto aconteceu-lhe?	**Idade**	**Que impacto teve para si?**
Foi atormentado(a)?	NÃO SIM	_____	1 2 3 4 5

Obrigado pela sua colaboração

1. Teve que cuidar dos seus pais e/ou irmãos e irmãs quando era criança?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

2. Tem problemas familiares (por exemplo, pai/mãe com problemas alcoólicos ou psiquiátricos ou vive em condições de pobreza?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

3. Perdeu um membro da sua família (irmão, irmã, pai/mãe) em CRIANÇA?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

4. Perdeu um membro da sua família [filho/filha, companheiro(a)] em ADULTO?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

5. Sofreu lesões corporais graves (por exemplo perda de um membro, mutilação ou queimadura)?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

6. Teve a sua vida ameaçada por uma doença, uma operação ou um acidente?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

7. Os seus pais divorciaram-se?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

8. Divorciou-se?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

9. A sua vida foi ameaçada por outra pessoa (por exemplo, durante um crime)?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

10. Teve sensações de dor intensa (por exemplo, através de um ferimento ou de uma cirurgia)?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

11. Teve alguma experiência de guerra (por exemplo, detenção, perda de parentes, privação ou dano)?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

12. Há vítimas de guerra de segunda geração na sua família (pais ou parentes próximos que tenham vivido experiências de guerra)?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

13. Testemunhou uma situação traumática vivenciada por outra pessoa?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

14. Foi vítima de negligência emocional [por exemplo ser abandonado(a), ter falta de amor] pelos seus pais, irmão ou irmã?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	SIM	_____	1	2	3	4	5

15. Foi vítima de negligência emocional por parte de elementos afastados da sua família [por exemplo tios, tias, sobrinhos(as), avós]?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

16. Foi vítima de negligência emocional por elementos externos à sua família [por exemplo, vizinhos(as), amigos(as), professores ou padrastos/madrastas]?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

17. Foi vítima de abuso emocional [por exemplo, foi gozado(a), foi atormentado(a), chamaram-lhe nomes, foi ameaçado(a) verbalmente ou injustamente punido] pelos seus pais, irmão ou irmã?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

18. Foi vítima de abuso emocional por parte de elementos afastados da sua família?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

19. Foi vítima de abuso emocional por parte de elementos externos à sua família?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

20. Foi vítima de abuso físico [por exemplo, foi agredido(a), torturado(a) ou ferido(a)] pelos seus pais, irmão ou irmã?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

21. Foi vítima de abuso físico por membros afastados da sua família?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

22. Foi vítima de abuso físico por parte de elementos externos à sua família?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

23. Foi vítima de punições estranhas ou esquisitas?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

Se sim, descreva-a(s) por favor:

_____
_____
_____

24. Foi vítima de assédio sexual [actos de natureza sexual que NÃO envolvem contacto físico] pelos seus pais, irmão(s) ou irmã(s)?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

25. Foi vítima de assédio sexual por membros afastados da sua família?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

26. Foi vítima de assédio sexual por elementos externos à sua família?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

27. Foi vítima de abuso sexual (actos sexuais NÃO-DESEJADOS que envolvem contacto físico) pelos seus pais, irmão(s) ou irmã(s)?

Isto aconteceu-lhe?		Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo				
NÃO	**SIM**	_____	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

28. Foi vítima de abuso sexual por membros afastados da sua família?

Isto aconteceu-lhe?	Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo
NÃO SIM	_____	**1 2 3 4 5**

29. Foi vítima de abuso sexual por parte de elementos externos à sua família?

Isto aconteceu-lhe?	Que idade tinha?	Que impacto teve para si? 1=Nenhum; 2=Pouco; 3=Suficiente; 4=Muito; 5=Muitíssimo
NÃO SIM	_____	**1 2 3 4 5**

30. Se foi vítima de maus-tratos ou de abuso, quantas pessoas lhe fizeram isso?

A)Negligência emocional (se respondeu SIM em alguma questão da 14 à 16)
Número de pessoas: .....

B) Maus-tratos emocionais (se respondeu SIM em alguma questão da 17 à 19);
Número de pessoas: .....

C) Maus-tratos físicos (se respondeu SIM em alguma questão da 20 à 22)
Número de pessoas: .....

D) Assédio sexual (se respondeu SIM em alguma questão da 24 à 26)
Número de pessoas: .....

E) Abuso sexual (se respondeu SIM em alguma questão da 27 à 29)
Número de pessoas: .....

31. Descreva, por favor, o seu relacionamento com cada uma das pessoas mencionadas na questão anterior (por exemplo, pai, irmão, amigo, professor, estranho, professor, etc.). Acrescente ainda, se a(s) pessoa(s) mencionada(s) anteriormente é (são), pelo menos, 4 anos mais velha/mais nova do que você, quando a situação ocorreu. Por exemplo, escreva "amigo (-)", se esse amigo é mais novo 4 anos do que você; e escreva "tio (+)" se o seu tio tivesse mais 4 anos do que você quando a situação ocorreu.

A) Negligência emocional
……

B) Abuso emocional
……

C) Abuso físico
……

D) Assédio sexual
……

E) Abuso sexual
……

32. Descreva, por favor, uma **OUTRA** situação traumática que teve impacto para si.

_____
_____
_____
_____
_____
_____

33. Se respondeu **SIM** em alguma das questões de 1 à 29, quanto apoio recebeu depois da situação ter acontecido? (descreva o número da questão e o nível de apoio que obteve).

Número da questão	**Nível de apoio** 0=Nenhum; 1=Algum; 2=Muito
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

Para finalizar este questionário, por favor, coloque um X no local que lhe corresponde:

Sexo:

____ Masculino
____ Feminino

Idade:

_____

Estado-Civil:

____ Solteiro(a)
____ Casado(a)
____ União de facto
____ Divorciado(a)
____ Viúvo(a)

Habilitações Literárias:

_____

Data:

...../...../..... (dia) (mês) (ano)

Muito Obrigado Pela Sua Cooperação