

Impact of Events Scale - Revised (IES-R)

مقياس أثر أحداث الحياة الضاغطة/الصادمة

Translated & Reviewed by (Altawil, 2020)

أمامك قائمة من الصعوبات والأعراض التي تنتج بعد التعرض لأحداث الحياة الضاغطة أو الصادمة ، من فضلك اقرأ/أجب عن كل عبارة أو فقرة التي تخص مشكلتك خلال الأيام السبعة الأخيرة ، وحدد مستوى تأثير تلك الأحداث من خلال الاختيارات المطروحة أمام كل فقرة كما يلي لاحقا.

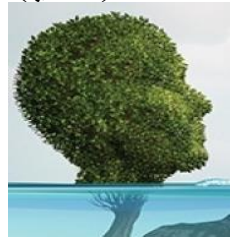
هذه القائمة لا تقدم تشخيصا للمفحوص ، وإنما تقدم مؤشرات مساعدة بجانب المقابلة الأكلينيكية لتحديد التشخيص الدقيق والمهني. إذا كان مؤشرات نحو أعراض عديدة تثير الانتباه ، يرجى التواصل مع أخصائي نفسي في أقرب وقت ممكن.

الخيارات : (0) = لا يوجد ، (1) = قليل ، (2) = وسط ، (3) = شديد ، (4) = شديد جدا

الخيارات	الفقرة	ر
4 3 2 1 0	لدي مشاعر صعبة تعود لحدث سابق مررت به.	1
4 3 2 1 0	أواجه صعوبة في الاستمرار بالنوم .	2
4 3 2 1 0	هناك أشياء أخرى جعلتني أفكر فيها .	3
4 3 2 1 0	أنا أشعر بالهيجان والغضب .	4
4 3 2 1 0	أنا أجد نفسي متضايقا عندما فكرت في الحادث أو عندما تم تذكيري فيه.	5
4 3 2 1 0	أنا أفكر بالحادث/المشكلة بدون تحكم أو قصد.	6
4 3 2 1 0	أنا أشعر بأن المشكلة/الحادث وكأنه لم يحدث أو لم يكن حقيقيا.	7
4 3 2 1 0	أنا أتجنب أي أشياء قد تذكرني بذلك الحادث.	8
4 3 2 1 0	صور بخصوص الحادث/المشكلة تأتي إلى رأسي/عقلي.	9
4 3 2 1 0	يبدو لي الحادث بأنه مفزع.	10
4 3 2 1 0	أنا حاولت أن أتجنب التفكير في ذلك الحادث/المشكلة.	11
4 3 2 1 0	أنا لدي الكثير من المشاعر الصعبة التي تتعلق بذلك الحادث ، ولكن يصعب التغلب عليها.	12
4 3 2 1 0	مشاعري بخصوص ذلك الحادث/المشكلة مازلت مجمدة وليس كالمعتاد.	13
4 3 2 1 0	أنا وجدت نفسي أتصرف ، وأشعر كأنني رجعت لذلك الوقت المرتبط بالحادث.	14
4 3 2 1 0	أنا لدي صعوبة في الدخول للنوم.	15
4 3 2 1 0	أنا لدي موجات قوية من المشاعر بخصوص ذلك الحادث/المشكلة.	16
4 3 2 1 0	أنا أخفقت في أن أمسح ذلك الحادث من ذاكرتي .	17
4 3 2 1 0	أنا لدي صعوبة في التركيز في الأشياء.	18
4 3 2 1 0	عندما أتذكر ذلك الحادث ، فإن هذا يتسبب في ردود أفعال حسية مثل: التعرق، صعوبة في التنفس، الرغبة بالتقيء، و خفقان في القلب ، أو ألآم في المعدة أو الصدر.	19
4 3 2 1 0	صورة ذلك الحادث تأتيني في أحلامي.	20
4 3 2 1 0	أنا شعرت بأن أعصابي مشدودة ، وكأنني أنتظر شيئا غير مرحب به.	21
4 3 2 1 0	أنا حاولت عدم التحدث حول ذلك الحادث.	22
مجموع الدرجات : () / 88 درجة		

درجات التقييم لمؤشرات اضطرابات كرب ما بعد الصدمة:

الدرجة من 0 – 11 لا يوجد (عادي) الدرجة من 12 – 23 خفيف الدرجة من 24 – 32 متوسط الدرجة من 33 – 36 مرتفع الدرجة من 37 – 88 حاد



المقاييس الفرعية Subscales	الدرجة	ملاحظات
a) Avoidance مقياس التجنب [8 items] = ((5, 7, 8, 11, 12, 13, 17, 22))		
(b) Intrusion مقياس التسلط والإفحام [8 items] = ((1, 2, 3, 6, 9, 14, 16 , 20))		
(c) Hyperarousal مقياس الاستثارة العالية [6 items] = ((4, 10, 15, 18, 19 , 21))		
المجموع الكلي للدرجات		

Introduction to the IES-R

The IES-R was developed in 1997 by Daniel Weiss and Charles Marmar to reflect the **DSM-IV** criteria for post-traumatic stress disorder (PTSD). The original Impact of Events Scale (IES) predated the adoption of PTSD as a 'legitimate' diagnosis in the DSM-III of 1980 and measured two of the four DSM-IV criteria for PTSD; specifically 're-experiencing / intrusion' and 'avoidance / numbing'. The IES-R was designed to also assess hyperarousal, another of the DSM criteria for PTSD.

The main strengths of this revised measure are that it is short, quick and easy to administer and score and may be used repeatedly to assess progress. It is intended to be used as a screening tool, not a diagnostic test.

Scoring the IES-R

*** A total IES-R score of 33 or over from a theoretical maximum of 88 signifies the likely presence of PTSD.**

On this test, scores that exceed 24 can be quite meaningful. High scores have the following associations. Score (IES-r) Consequence 24 or more PTSD is a clinical concern.[1]

Those with scores this high who do not have full PTSD will have partial PTSD or at least some of the symptoms. 33 and above This represents the best cut off for a probable diagnosis of PTSD.[2]

37 or more This is high enough to suppress your immune system's functioning (even 10 years after an impact event).[3] The IES-R is very helpful in measuring the affect of routine life stress, everyday traumas and acute stress.

[1] Asukai, N. Kato, H. et al. (2002). Reliability and validity of the Japanese-language version of the Impact of event scale-revised (IES-R-J). Journal of Nervous and Mental Disease. 190 (3): 175- 182.

[2] Creamer, M. Bell, R. & Falilla, S. (2002). Psychometric properties of the Impact of Event Scale Revised. Behaviour Research and Therapy. 41: 1489-1496.

[3] Kawamura, N. Yoshiharu, K. & Nozomu, A. (2001) Suppression of Cellular Immunity in Men with a Past History of Post Traumatic Stress Disorder. American Journal of Psychiatry. 158: 484- 486

[4] Horowitz, M.J., Wilner, M. & Alvarez, W. (1979). Impact of Events Scale: A measure of subjective stress. Psychosomatic Medicine, 41(3), 209-218.

[5] Weiss, D.S. (2007). The Impact of Event Scale: Revised. In J.P. Wilson & C.S. Tang (Eds.), Cross-cultural assessment of psychological trauma and PTSD (pp. 219-238). New York: Springer.