

# Traumatic Grief Inventory Self-Report version

Navn:

Fødselsdato/år:

Instruksjon: Dette spørreskjemaet inneholder to deler. Del 1 har spørsmål knyttet til det dødsfallet/de dødsfallene du har opplevd, og del 2 spør i hvilken grad du opplever sorgreaksjoner knyttet til det dødsfallet som du tenker mest på eller som uroer deg mest.

## Del 1

I denne delen bes du om å gjøre følgende:

- Angi hvorvidt du har opplevd å miste en eller flere personer som er nevnt i listen under
- Angi dato og årstall for dødsfallet/dødsfallene
- Angi om den eller de du mistet døde av voldssomme årsaker (enten drap, selvmord, ulykke, katastrofe, terror eller annen unaturlig årsak)

<b>Jeg har opplevd dødsfallet til (navn):</b>	<b>Dato/årstall for dødsfallet</b>	<b>Dødsfallet skyldtes en voldssom form for død:</b>
Partner 1		Ja/Nei
Partner 2		Ja/Nei
Barn 1		Ja/Nei
Barn 2		Ja/Nei
Barn 3		Ja/Nei
Far		Ja/Nei
Mor		Ja/Nei
Bror 1		Ja/Nei
Bror 2		Ja/Nei
Søster 1		Ja/Nei
Søster 2		Ja/Nei
Venn/bekjent 1		Ja/Nei
Venn/bekjent 1		Ja/Nei
Andre slektninger 1		Ja/Nei
Andre slektninger 2		Ja/Nei

## Del 2

I denne delen bes du om å gjøre følgende:

Dersom du har mistet flere personer (angitt i listen), så velger du den personen/det dødsfallet som du tenker mest på eller som uroer deg mest. Skriv vedkommendes fornavn her:.....

Under er det beskrevet ulike sorgreaksjoner. Vennligst angi hvor ofte du har opplevd hver av reaksjonene den siste måneden som følge av dødsfallet.

1= Aldri, 2= sjelden, 3= av og til, 4= ofte, 5= alltid

1	Jeg har hatt påtrengende tanker eller bilder knyttet til personen som døde	1	2	3	4	5
2	Jeg har opplevd intens følelsesmessig smerte, tristhet, eller overveldende sorg	1	2	3	4	5
3	Jeg har kjent sterk lengsel etter den døde	1	2	3	4	5
4	Jeg har kjent forvirring om min rolle i livet, eller at jeg ikke lenger helt vet hvem jeg er	1	2	3	4	5
5	Jeg har hatt vansker med å akseptere tapet	1	2	3	4	5
6	Jeg har unngått steder, ting, eller tanker som har minnet meg om at personen jeg har mistet er død	1	2	3	4	5
7	Det har vært vanskelig for meg å stole på andre	1	2	3	4	5
8	Jeg har vært bitter eller sint over hans/hennes død	1	2	3	4	5
9	Jeg har følt at det er vanskelig å gå videre i livet (f.eks. få nye venner, interesser)	1	2	3	4	5
10	Jeg har kjent meg følelsesmessig bedøvet (nummen)	1	2	3	4	5
11	Jeg har følt at livet er tomt eller meningsløst uten han/henne	1	2	3	4	5
12	Jeg har følt meg sjokkert eller lamslått av hans/hennes død	1	2	3	4	5
13	Jeg har lagt merke til at jeg fungerer betydelig dårligere sosialt, i arbeidslivet, eller på andre viktige områder (f.eks. oppgaver i hjemmet) som følge av hans/hennes død	1	2	3	4	5
14	Jeg har hatt påtrengende tanker og bilder knyttet til omstendighetene for hans/hennes død	1	2	3	4	5
15	Jeg har hatt vansker med å tenke på positive minner om den døde	1	2	3	4	5
16	Jeg har hatt negative tanker om meg selv knyttet til tapet (f.eks. bebreidet meg selv)	1	2	3	4	5
17	Jeg har ønsket å dø for å gjenforenes med den døde	1	2	3	4	5
18	Jeg har følt meg ensom eller kjent avstand til andre mennesker	1	2	3	4	5
19	Det har føltes uvirkelig at han/hun er død	1	2	3	4	5
20	Jeg har klandret andre intenst for hans/hennes død	1	2	3	4	5
21	Det har føltes som om en del av meg døde med han/henne	1	2	3	4	5
22	Det har vært vanskelig for meg å ha positive følelser	1	2	3	4	5

Oversatt til norsk i 2019 av førsteamanuensis Pål Kristensen, professor Atle Dyregrov, og professor Kari Dyregrov, Senter for krisepsykologi/Universitetet i Bergen.