

Inventário Multidimensional da Dissociação v6.0

ID do Cliente #:	Data de Avaliação Inicial IMD:	Data de Reavaliação IMD:
<p>Instruções: Veja quantas vezes tem as seguintes experiências <i>quando não está sob a influência de álcool ou drogas?</i> Por favor, escreva o número que melhor o descreve. Escreva um "0" se a experiência nunca lhe acontece; escreva um "10" se estiver sempre a acontecer-lhe. Se acontecer por vezes, mas não sempre, escolha um número entre 1 e 9 que melhor descreva a frequência com que lhe acontece.</p>		
Pergunta Número	Resposta	LEMBRE-SE: Nunca 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Sempre
1		Enquanto vê televisão, apercebe-se que está a pensar noutra coisa.
2		Esquecer-se do que fez no início do dia.
3		Sentir-se como se o seu corpo (ou certas partes dele) fossem irreais.
4		Ter uma emoção (por exemplo, medo, tristeza, raiva, felicidade) que não sente como sua.
5		As coisas à sua volta de repente parecem estranhas.
6		Ouvir a voz de uma criança na sua cabeça.
7		Ter dores nos seus genitais (sem razão médica conhecida).
8		Ter outra personalidade que por vezes "assume o controle".
9		Ouvir-se a si próprio falar, mas não sente que está a escolher as palavras que saem da sua boca.
10		Esquecer-se das tarefas que tinha planeado fazer.
11		Sentir que a sua mente ou corpo foi tomado por uma pessoa famosa (por exemplo, Elvis Presley, Jesus Cristo, Madonna, Presidente Kennedy, etc.).
12		Tentar fazer ciúmes a alguém.
13		Sentir como se amigos próximos, familiares, ou a sua própria casa parecessem estranhos ou diferentes.
14		Reviver um acontecimento traumático de forma tão real que perde totalmente o contacto com o local onde realmente está (ou seja, pensa que está "de volta àquele momento").
15		Ter dificuldade em engolir (sem razão médica conhecida).
16		Ter episódios de tipo transe em que olha para o espaço e perde a consciência do que se passa à sua volta.
17		Ficar confuso com o que faz ou diz.
18		Ver imagens de uma criança que parece 'viver' na sua cabeça.
19		Falarem-lhe de coisas que fez recentemente, sem que tenha memória absolutamente nenhuma de as ter feito/ de ter feito essas coisas.
20		Pensamentos que lhe estão a ser impostos ou impostos à sua mente.
21		Fingir que algo perturbador lhe aconteceu para que os outros se preocupem consigo (por exemplo, ser violado, combate militar, abuso físico ou emocional, abuso sexual, etc.).
22		Fortes pensamentos na sua cabeça que "vêm do nada".
23		Ter lapsos ou apagões na sua memória.
24		Não se lembrar do que comeu na sua última refeição... ou mesmo se comeu.
25		Sentir-se como se estivesse apenas parcialmente "lá" (ou não estivesse realmente "lá").
26		Sente que a sua mente é controlada por uma força externa (por exemplo, microondas, a CIA, radiação espacial do espaço exterior, etc.).
27		Não sentir nada no corpo (sem nenhuma razão médica conhecida).
28		Sentir-se dividido, como se tivesse várias partes ou lados independentes.
29		Ninguém quer saber de si.

Inventário Multidimensional da Dissociação v6.0

96		Pensar na pouca atenção que recebeu dos seus pais.										
97		Ouvir muito barulho ou gritos na sua cabeça.										
98		Ouvir vozes, que vêm de lugares invulgares (por exemplo, o ar condicionado, o computador, as paredes, etc.), que tentam dizer-lhe o que deve fazer.										
99		As palavras fluem da sua boca como se não estivessem sob o seu controle.										
100		Ouvir alguém e perceber que não ouviu parte do que ele/ela disse.										
101		Súbitos sentimentos fortes de raiva que parecem surgir do nada.										
102		Sentir que existem grandes lacunas na sua memória.										
103		Sentir-se como se fosse duas pessoas diferentes - uma que está a executar os movimentos da vida quotidiana e a outra que está apenas a observar.										
104		Sentir que o seu ambiente (ou outras pessoas) estava a desvanecer-se ou a desaparecer.										
105		Ter flashbacks traumáticos que o fazem querer infligir dor a si próprio.										
106		Entrar em transe durante horas.										
107		Sentir que algum do seu comportamento não é realmente 'seu'.										
108		Encontrar algo que foi feito (por exemplo, o relvado cortado, a cozinha pintada, uma tarefa no trabalho concluída, etc.), que não se lembra de ter feito - mas saber que deve ter sido você a fazê-lo.										
109		Esquecer-se de onde pôs algo.										
110		Ter sonhos dos quais não se lembra no dia seguinte.										
111		Querer falar desesperadamente com alguém sobre a sua dor ou angústia.										
112		Sentir a presença de uma parte zangada na sua cabeça que tenta controlar o que faz ou diz.										
113		A sua mente bloqueia ou fica totalmente vazia.										
114		Sentir que o tempo abranda ou pára.										
LEMBRE-SE:		Nunca										Sempre
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
115		Más memórias entram na sua mente e não se consegue livrar delas.										
116		Deixar-se entrar em transe sem sequer se aperceber que isso está a acontecer.										
117		Palavras saem da sua boca, mas não as disse... não sabe de onde vieram essas palavras.										
118		Ouvir vozes a chorar na sua cabeça.										
119		De repente, encontra-se em algum lugar e não se consegue lembrar do que esteve a fazer antes disso.										
120		Algo na sua mente interfere quando pensa em coisas nas quais "não deve" pensar.										
121		Sonhar acordado.										
122		Ser capaz de se lembrar de muito pouco do seu passado.										
123		Não se reconhecer ao espelho.										
124		Sentir-se magoado.										
125		Re-experienciar as sensações corporais de um evento traumático passado.										
126		Parte do seu corpo (por exemplo, braço, perna, cabeça, etc.) parece desaparecer e não reaparece durante vários dias.										
127		Quando algo perturbador começa a acontecer, "vai-se embora" na sua mente.										
128		Contar a outros sobre o(s) seu(s) distúrbio(s) psicológico(s).										
129		Quando está zangado, fazendo ou dizendo coisas de que não se lembra (depois de se acalmar).										

Inventário Multidimensional da Dissociação v6.0

160		De repente, encontra-se num lugar estranho em casa (por exemplo, dentro do armário, debaixo da cama, enrolado no chão, etc.) sem qualquer conhecimento de como lá chegou.
161		Sentir-se como se houvesse algo dentro de si que assumisse o controle do seu comportamento ou discurso.
162		Esquecer totalmente de como fazer algo que se sabe muito bem como fazer (por exemplo, como conduzir, como ler, como usar o computador, como tocar piano, etc.).
163		Ouvir uma voz na sua cabeça que fala continuamente de SIDA e de homossexuais.
164		Sentir que parte do seu corpo está desconectada (desligada) do resto do seu corpo.
165		Desejar saber porque se sente e se comporta da forma como se comporta.
166		Ouvir sons à sua volta como se viessem de longe (sem razão médica conhecida).
167		Entrar em transe e ser possuído por um espírito ou demónio.
168		Ter imagens de traumas do passado que de repente lhe saltam à mente.
169		Não sentir dor (quando deveria ter sentido dor) (sem razão médica conhecida)
170		Descobrir que tem um ferimento significativo (por exemplo, um corte, ou uma queimadura, ou muitos hematomas), e não ter memória de como aconteceu.
171		Ouvir uma voz na sua cabeça que lhe chama mentiroso ou lhe diz que certos acontecimentos nunca aconteceram.
172		Sentir-se como se parte do seu corpo (ou todo o seu corpo) tivesse desaparecido.
173		De repente, encontra-se algures (por exemplo, na praia, no trabalho, numa discoteca, no seu carro, etc.) sem se lembrar de como lá chegou.
174		Sentir que há outra pessoa dentro de si que pode sair e falar, se assim o desejar.
175		Estar disposto a fazer ou dizer quase tudo para que alguém sinta que é 'especial'.
176		Ter pesadelos sobre um trauma do seu passado.
177		As pessoas reparam que fica “em branco” ou no facto de se “ausentar”.
178		Ficar satisfeito com a preocupação e simpatia dos outros quando ouvem falar dos traumas que sofreu.
179		'Despertar' e descobrir que fez algo que não se lembra de ter feito (por exemplo, partiu algo, cortou-se, limpou a casa toda, etc.).
180		Ter pensamentos que não lhe parecem pertencer.
181		Ter dores ao urinar (por nenhuma razão médica conhecida).
182		Alternando entre sentir-se humano e sentir-se um membro de outras espécies (por exemplo, um gato, um cão, um esquilo, etc.).
183		Ter "visão em túnel" (onde o seu campo visual se reduz a apenas um túnel) (sem razão médica conhecida).
184		Ter dificuldade em ficar fora de transe.
185		O seu estado de espírito muda rapidamente sem qualquer razão.
186		Descobrir que tentou o suicídio, mas não ter memória de o ter feito.
187		Encontrar coisas que deve ter escrito (ou desenhado), mas sem memória de o ter feito.
LEMBRE-SE:		Nunca 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Sempre
188		Sentir-se de repente muito pequeno, como uma criança pequena.
189		De repente, não saber como fazer o seu trabalho.
190		Sentir-se como se houvesse uma luta dentro de si sobre quem realmente é.
191		O seu corpo de repente sente-se como se não fosse realmente seu.

Inventário Multidimensional da Dissociação v6.0

192	Ser incomodado por flashbacks durante vários dias seguidos.
193	Estar confuso ou perplexo com as suas emoções.
194	Não se lembrar do que acontece quando conduz um percurso familiar no seu carro.
195	Distintas alterações na sua caligrafia.
196	Sentimentos muito fortes (por exemplo, medo, ou raiva, ou dor e mágoa emocional) que desaparecem subitamente.
197	Olhar-se ao espelho e ver outra pessoa para além de si.
198	Alguns pensamentos são subitamente "retirados de si".
199	Ouvir uma voz na sua cabeça que lhe diz para "se calar".
200	As pessoas dizem-lhe que por vezes age de forma tão diferente que parece ser outra pessoa.
201	Alternar entre sentir-se homem e sentir-se mulher.
202	Ter outra parte dentro de si que tem memórias, comportamentos e sentimentos diferentes dos que você tem.
203	Sentir que os seus pés ou mãos (ou outras partes do seu corpo) mudaram de tamanho.
204	Houve alturas em que 'voltou a si' e encontrou comprimidos ou uma lâmina de barbear (ou outra coisa com que se magoar) na mão.
205	Encontrar coisas escritas na sua casa com letra que não reconhece.
206	Ter <i>flashbacks</i> de episódios maus do seu programa de televisão favorito.
207	Ouvir uma voz na sua cabeça que lhe chama fútil, inútil, ou um fracasso.
208	Ter uma parte muito zangada que "surge" e diz e faz coisas que nunca faria ou diria.
209	Sentir que alguns dos seus pensamentos são removidos da sua mente - por alguma força ou por alguma outra parte de si.
210	Sentir uma luta dentro de si sobre o que pensar, como sentir, o que deve fazer.
211	Não se lembrar onde esteve no dia anterior.
212	Sentir que outra parte ou algo dentro de si tenta impedi-lo de fazer ou dizer alguma coisa.
213	Desejar que alguém finalmente se aperceba do quanto sofre.
214	Mais de uma parte de si tem vindo a reagir a estas questões.
215	Sentir a presença de uma parte zangada na sua cabeça que parece odiá-lo.
216	Ouvir uma voz na sua cabeça que seja calmante, útil, ou protectora.
217	As coisas na sua casa desaparecem ou são deslocadas (e você não sabe como isto está a acontecer).
218	Notar a presença de uma criança dentro de si.