

DES

(DISSOCIATIVE EXPERIENCES SCALE)
(ESCALA DE EXPERIENCIAS DISOCIATIVAS)

Eve Bernstein Carlson, Ph. D.

Frank W. Putnam, M.D.

INSTRUCCIONES

Este cuestionario consiste de veintiocho preguntas sobre experiencias que UD. puede tener en su vida diaria: Nos interesa cuan a menudo UD. tiene estas experiencias. Es importante, sin embargo, que sus respuestas muestren con qué frecuencia estas experiencias le suceden cuando UD. no está bajo la influencia del alcohol o drogas.

Para responder las preguntas, por favor determine en qué grado la experiencia descrita en la pregunta se aplica a UD. y circule el número que muestre qué porcentaje del tiempo UD tiene la experiencia.

EJEMPLO:

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%
(nunca) (siempre)

CALIFICACIÓN:

Se suman todos los promedios y se dividen entre **28**. Considerar especial atención a las siguientes preguntas:

-Muy Importantes: 3, 4, 7, 9, 11, 22, 26

-Importantes: 10, 13, 27

Fecha _____ Edad _____ Sex M F _____

1. Algunas personas tienen la experiencia de manejar un automóvil y de repente percatarse de que no recuerdan qué ha pasado durante todo o parte del viaje. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

2. Algunas personas encuentran que a veces están escuchando a alguien hablar y de repente se percatan que no estaban escuchando parte o todo de lo que se estaba diciendo. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

3. Algunas personas tienen la experiencia de encontrarse a sí mismos en un lugar y no tener idea de cómo llegaron allí. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

4. Algunas personas tienen la experiencia de encontrarse a sí mismos vestidos con ropas que no recuerdan habérsela puesto. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

5. Algunas personas tienen la experiencia de encontrar nuevas cosas entre sus pertenencias que no recuerdan haber comprado. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

6. Algunas personas en ocasiones encuentran que son abordados por personas que no conocen quien lo llama por otro nombre o insiste en que se han conocido antes. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

7. Algunas personas a veces tienen la experiencia de sentirse como si estuvieran cerca de ellos o viéndose a sí mismo y en realidad se ven a sí mismo como si estuvieran mirando a otra persona. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

8. A algunas personas se les ha dicho que en ocasiones no reconocen amigos o miembros de su familia. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

9. Algunas personas encuentran que no tienen recuerdos de algunos eventos importantes de su vida (por ejemplo, una boda o graduación). Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

10. Algunas personas tienen la experiencia de haber sido acusados de mentir cuando ellos no creen haber mentido. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

11. Algunas personas tienen la experiencia de mirarse en el espejo y no reconocerse a sí mismos. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

12. Algunas personas tienen la experiencia de sentir que otras personas, objetos y el mundo alrededor de ellos no es real. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

13. Algunas personas tienen la experiencia que sus cuerpos no les pertenecen a ellos. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

14. Algunas personas tienen la experiencia de que en ocasiones están recordando un evento pasado tan vívidamente que sienten como si estuvieran re-viviendo ese evento. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

15. Algunas personas tienen la experiencia de no estar seguros de si las cosas que ellos recuerdan sucedieron realmente o si solo lo soñaron. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

16. Algunas personas tienen la experiencia de estar en un sitio familiar pero encontrarlo como extraño o desconocido. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

17. Algunas personas encuentran que cuando están viendo televisión o una película están tan absortos en la historia que no se dan cuenta de otros eventos que suceden a su alrededor. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

18. Algunas personas encuentran que se involucran tanto en una fantasía que sienten como si realmente les estuviera sucediendo a ellos. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

19. Algunas personas encuentran que en ocasiones son capaces de ignorar el dolor. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

20. Algunas personas encuentran que en ocasiones están mirando fijamente al espacio, sin pensar en nada, y no se percatan del paso del tiempo. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

21. Algunas personas en ocasiones encuentran que cuando están solos hablan en voz alta a sí mismos. . Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

22. Algunas personas encuentran que en una situación ellos pueden actuar tan diferente comparado con otra situación que sienten casi como si fueran dos personas diferentes. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

23. Algunas personas en ocasiones encuentran que en ciertas situaciones son capaces de hacer cosas con tal facilidad y espontaneidad que usualmente serían difíciles para ellos (por ejemplo, deportes, trabajo, situaciones sociales, etc.). Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

24. Algunas personas en ocasiones encuentran que no pueden recordar si han hecho algo o que solo pensaron en hacerlo (por ejemplo, no saber si han enviado una carta o solo haber pensado en enviarla). Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

25. Algunas personas encuentran evidencias de haber hecho cosas que no recuerdan haber hecho. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

26. Algunas persona encuentran escritos, dibujos o notas entre sus pertenencias que ellos deben haber hecho pero no pueden recordar haberlas hecho. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

27. Algunas personas a veces encuentran que escuchan voces dentro de su cabeza que les dicen que hagan cosas o comentarios sobre cosas que ellos están haciendo. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%

28. Algunas personas a veces sienten como si estuvieran mirando al mundo a través de una niebla de manera que las personas y objetos parecen alejados o borrosos. Circule un número que muestre qué porcentaje del tiempo esto le sucede a UD.

0% 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100%