

PTGI

(Validación Ecuatoriana realizada por Patricio R. Arias, Felipe E. García & Isabel Valdiviezo, 2017)

De acuerdo a la escala mostrada a continuación, indique cuanto cambio tuvo en su vida a raíz de la experiencia traumática. Use la siguiente escala:

0: No he experimentado ningún cambio en mi vida

1: Ha habido un cambio minúsculo en mi vida

2: Ha habido un pequeño cambio en mi vida

3: Ha habido un cambio moderado en mi vida

4: Ha habido un gran cambio en mi vida

5: Ha habido un cambio enorme en mi vida

Te pedimos que hagas una cruz en la expresión que más se acerca a tu experiencia

Después de la experiencia traumática:		0	1	2	3	4	5
1	Han cambiado mis prioridades acerca de lo que es importante en mi vida.	0	1	2	3	4	5
2	Valoro más mi vida	0	1	2	3	4	5
3	Tengo o desarrollé nuevos intereses.	0	1	2	3	4	5
4	Confío más en mi	0	1	2	3	4	5
5	Soy una persona más espiritual, he crecido espiritualmente.	0	1	2	3	4	5
6	Me doy cuenta que puedo contar con las personas en momentos difíciles de la vida	0	1	2	3	4	5
7	He construido un nuevo rumbo o caminos de vida.	0	1	2	3	4	5
8	Siento un mayor sentido de proximidad con las personas o mayor cercanía hacia los demás.	0	1	2	3	4	5
9	Estoy más dispuesto a expresar mis emociones.	0	1	2	3	4	5
10	Siento que puedo arreglármelas mejor en los momentos difíciles.	0	1	2	3	4	5
11	Puedo hacer mejores cosas con mi vida.	0	1	2	3	4	5
12	Acepto fácilmente la forma en que las cosas se dan en mi vida	0	1	2	3	4	5
13	Puedo apreciar mejor cada nuevo día.	0	1	2	3	4	5
14	Hay nuevas oportunidades que antes no estaban disponibles.	0	1	2	3	4	5
15	Siento más compasión por los demás.	0	1	2	3	4	5
16	Pongo más esfuerzo en mantener mis relaciones personales	0	1	2	3	4	5
17	Estoy más dispuesto a intentar cambiar las cosas que necesitan ser cambiadas.	0	1	2	3	4	5
18	Tengo o he desarrollado una mayor fe religiosa.	0	1	2	3	4	5
19	He descubierto que era o soy más fuerte de lo que pensaba.	0	1	2	3	4	5
20	He aprendido lo maravillosas que son las personas o lo extraordinarias que pueden ser.	0	1	2	3	4	5
21	Acepto de mejor manera el hecho de necesitar a los demás.	0	1	2	3	4	5