

# ESCALA DE EXPERIENCIAS DISOCIATIVAS, DES II

**Autores: Eve Bernstein Carlson, Ph.D. y Frank Putnam, M.D.**

Traducción y adaptación al castellano por Olaf Holm, Psiquiatra. España. Salamanca, Octubre 25 de 2002

Nombre.....Fecha.....Edad.....Sexo.....

**INSTRUCCIONES:** El cuestionario consiste en veintiocho preguntas acerca de experiencias que Usted puede tener en su vida diaria. Estamos interesados en saber con qué frecuencia tiene Usted estas experiencias. Es importante que sus respuestas indiquen con qué frecuencia le ocurren pero, cuando Usted no está bajo los efectos del alcohol u otras drogas. Para contestar estas preguntas, por favor, indique hasta qué grado, la experiencia descrita en la pregunta, se le puede aplicar a Usted y ponga un círculo para indicar el porcentaje de tiempo que tiene la experiencia. Ejemplo:

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

**1. Algunas personas tienen la experiencia de darse cuenta repentinamente durante la conducción de un coche de que no recuerdan lo que ha pasado durante el viaje o parte de él.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**2. Algunas personas descubren que a veces están escuchando hablar a alguien y repentinamente se dan cuenta que no oyeron todo o parte de lo que le dijeron.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**3. Algunas personas tienen la experiencia de encontrarse en un lugar y no saber cómo llegaron hasta allí.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**4. Algunas personas tienen la experiencia de verse a sí mismos vestidos con ropas que no recuerdan haberse puesto.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**5. Algunas personas tienen la experiencia de encontrar cosas nuevas entre sus pertenencias que no recuerdan haber comprado.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa a Usted .

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

**6. Algunas personas descubren que se les acerca gente que no conocen y que les llaman por otro nombre o insisten en que les conocen de antes.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**7. Algunas personas tienen la experiencia de sentir como si estuvieran junto a sí mismos u observándose haciendo algo como si fueran otra persona.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**8. A algunas personas les dicen que no reconocen amigos o miembros de la familia.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**9. Algunas personas no tienen el recuerdo de acontecimientos importantes en sus vidas, (por ejemplo una boda, una Semana Santa, unas Navidades)**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**10. Algunas personas son acusadas de mentir cuando piensan que no han mentido.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**11. Algunas personas tienen la experiencia de mirarse en un espejo y no reconocerse a sí mismos.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**12. Algunas personas tienen la experiencia de sentir que las personas, objetos y el mundo que les rodea no son reales.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**13. Algunas personas tienen la experiencia de sentir que sus cuerpos no les pertenecen.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**14. Algunas personas tienen la experiencia de recordar el pasado, a veces tan intensamente, que sienten que lo están volviendo a vivir.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**15. Algunas personas tienen la experiencia de no estar seguros de si las cosas que recuerdan sucedieron realmente o si solamente lo soñaron.**

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

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**16. Algunas personas tienen la experiencia de que, estando en un lugar conocido, lo encuentran extraño y poco familiar.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**17. Algunas personas descubren que mientras ven la televisión o una película se encuentran tan absortos en la historia que no se dan cuenta de otros acontecimientos que están ocurriendo alrededor de ellos.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**18. Algunas personas se dan cuenta a veces que están tan metidos en una fantasía, o soñando despiertos, que sienten como si estuviera ocurriendo de verdad.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**19. Algunas personas descubren que a veces son capaces de ignorar el dolor.**

Ponga un círculo que indique que porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted

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

**20. Algunas personas descubren que están mirando hacia el vacío, sin pensar, y no se dan cuenta del paso del tiempo.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**21. Algunas personas descubren a veces que cuando están solos se hablan en alto a sí mismos.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**22. Algunas personas se dan cuenta de que en una situación pueden actuar tan diferentemente, comparada con otra situación, que sienten como si fueran personas diferentes.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**23. Algunas personas descubren a veces que en ciertas situaciones son capaces de hacer cosas con asombrosa facilidad y espontaneidad cuando normalmente les sería difícil (por ejemplo: deportes, trabajo, situaciones sociales, etc. ).**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**24. Algunas personas a veces descubren que no pueden recordar si han hecho algo o solo pensaron en ello (por ejemplo: sí enviaron una carta o solo pensaron en hacerlo)**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**25. Algunas personas encuentran evidencias de que han hecho cosas que no recuerdan haberlas hecho.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**26. Algunas personas a veces encuentran escritos, dibujos o notas entre sus pertenencias que sí las hicieron, pero no lo recuerdan.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**27. Algunas personas a veces se dan cuenta de que oyen voces dentro de sus cabezas que les dicen que hagan ciertas cosas, o que comentan las cosas que están haciendo.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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

**28. Algunas personas sienten como si vieran el mundo a través de una neblina, de tal manera que las personas u objetos parecen distantes o poco claros.**

Ponga un círculo que indique qué porcentaje de tiempo le pasa esto a Usted.

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