

UConn Encuesta de Estrés Racial/Étnico
UConn RACIAL/ ETHNIC STRESS & TRAUMA SURVEY (UnRESTS)

<p>Guía Para Entrevistador Guide for Interviewer</p>		<p>Preguntas de Entrevista <i>(Instrucciones para entrevistador están puestas en letra cursiva.)</i></p> <p>Interview Questions <i>(Instructions for interviewer are italicized.)</i></p>
<p><i>Note la diferencia entre <u>raza</u> (el grupo que la sociedad pone una persona basada en su apariencia) y <u>etnicidad</u> (la cultura de una persona basada en su patrimonio). Pueden ser diferentes o la misma cosa.</i></p> <p><i>El Censo de los Estados Unidos reconoce varias categorías raciales específicas incluyendo Negro/Moreno, Blanco, Asiático, y Nativo Americano. Hispano es un grupo étnico, pero muchos consideran Hispano/Latino como una raza, y eso es aceptable para esta entrevista.</i></p> <p><i>Note the difference between <u>race</u> (the group society puts a person in based on their appearance) and <u>ethnicity</u> (a person's culture based on their heritage). They may be different or the same.</i></p> <p><i>The US Census recognizes several specific racial categories, including Black, White, Asian, and Native American. Hispanic is an ethnic group, but many consider Hispanic/Latino a race, which is acceptable for this interview.</i></p>	<p style="text-align: center;">A</p> <p>A1</p>	<p>Introducción a la Entrevista Introduction to the Interview</p> <p>A veces las personas tienen experiencias muy malas que causan sentimientos de estrés o hasta trauma. Algunas personas tienen varias experiencias difíciles durante toda la vida que son manejables individualmente, pero juntos pueden resultar en sentimientos de estrés o trauma. Yo quiero hablar con usted sobre algunos de sus experiencias de estrés o trauma en lo que se refiere a su raza o etnicidad.</p> <p><i>Si el grupo racial y étnico del paciente no está claro: ¿Cómo describiría su raza y etnicidad?</i></p> <p><i>Sometimes people have very bad experiences that cause feelings of stress or even trauma. Some people have several difficult experiences over a lifetime that are manageable individually, but together they lead to feelings of stress or trauma. I want to talk to you about some of your experiences of stress or trauma as it relates to your race or ethnicity.</i></p> <p><i>If patient's racial and ethnic group is unclear: How would you describe your race and ethnicity?</i></p>
<p><i>Asegure que la discusión solo incluya los incidentes en cuales por lo menos uno de los factores involucrados fueron raza o color.</i></p> <p><i>Ensure that discussion only includes incidents where at least</i></p>	<p>A2</p>	<p>Las personas pueden ser discriminadas o maltratados por muchas razones diferentes (p. ej., genero, orientación sexual, edad, discapacidad/dishabilidad, fe o creencia religiosa, etc.) pero yo estoy interesada en experiencias relacionadas con su raza- o su raza como esta percibido por otros. Sin embargo, si usted ha experimentado discriminación por una combinación de factores (i.e., genero</p>

<p><i>one of the involved factors was race or color.</i></p>		<p>+ raza, tal como siendo llamada una “Latina gritona” porque usted se defendió), podemos hablar de eso también.</p> <p>People may be discriminated against or mistreated for many different reasons (e.g., gender, sexual orientation, age, disability, faith, etc.) but I am interested in experiences connected to your race – or your race as perceived by others. However, if you have experienced discrimination due to a combination of factors (i.e., gender+race, such a being called “an angry Black woman” because you stood up for yourself), we can talk about that too.</p>
<p>B</p>		<p><i>Desarrolló de Identidad Racial y Étnica</i> <i>Racial and Ethnic Identity Development</i></p>
<p><i>Si sí, pregúntele al paciente que elabore.</i></p> <p><i>If yes, ask the patient to elaborate.</i></p>	<p>B2</p>	<p>¿Hay otros grupos raciales o étnicos que personas asumen a que usted pertenece?</p> <p>Are there other racial or ethnic groups that people assume you belong to based on your appearance?</p>
<p><i>Pregúntele al paciente que describa esto.</i></p> <p><i>Ask the patient to describe this.</i></p>	<p>B3</p>	<p>¿Cuándo fue la primera vez que usted se dio cuenta de raza o etnicidad?</p> <p>When was the first time you became aware of race or ethnicity?</p> <p>¿Cuándo fue la primera vez que usted se acuerda sintiéndose diferente o excluido, o singularizado por su raza o etnicidad aparente?</p> <p>When was the first time you remember feeling different, excluded, or singled out because of your apparent race or ethnicity?</p>
<p><i>Investigue por cosas como mensajes positivos de padres, socialización racial, mensajes negativos de otros, medios de comunicación, estereotipos, etc.</i></p> <p><i>Assess for things like positive messages from parents, racial socialization, negative messages from others, media, stereotypes, etc.</i></p>	<p>B4</p>	<p>¿Qué tipos de cosas, positivas o negativas, aprendió de su raza o etnicidad en su crecimiento? (Puede ser que no aplique a inmigrantes)</p> <p>What sort of things, positive or negative, did you learn about your race and ethnicity growing up? (May not apply to immigrants.)</p>

<p><i>Investigue por sentimientos de orgullo y/o estigma/vergüenza racial/étnica</i></p> <p><i>Assess for feelings of ethnic/racial pride and/or stigma/shame.</i></p> <p><i>Valore cada pregunta (1-6) basada en la respuesta del paciente.</i></p> <p><i>Rate each question (1-6) based on response from patient.</i></p> <p><i>Por cada respuesta afirmativa, solicita un ejemplo.</i></p> <p><i>For each affirmative answer, solicit an example.</i></p> <p><i>Por cada respuesta negativa, pregunte “¿porque no?”</i></p> <p><i>For each negative answer, ask “why not?”</i></p> <p><i>Puntuacion de Identidad Racial/Etnica: Total (B5): _____</i></p> <p><i>Ethnic/Racial Identity Score: (B5) Total _____</i></p>	<p>B5</p>	<p>Quiero entender un poco más de como usted se siente siendo un/a persona (entra raza y etnicidad aquí). Voy a preguntarle unas cuestiones sobre eso.</p> <p>I want to understand a bit more about how you feel about being a(n) (<i>enter race & ethnicity here</i>) person. I'm going to ask you a few questions about that.</p> <p>1. ¿Usted diría que siente un apego fuerte a su grupo étnico (o racial)? <i>Muchísimo (2)- Un poco (1)- No (0)</i></p> <p>1. Would you say that you feel strong attachment to your ethnic (or racial) group? <i>Very Much (2) – Somewhat (1) – No (0)</i></p> <p>2. ¿Usted diría que tiene mucho orgullo de su grupo étnico y sus logros? <i>Muchísimo (2)- Un poco (1)- No (0)</i></p> <p>2. Would you say that you have a lot of pride in your ethnic group and its accomplishments? <i>Very Much (2) – Somewhat (1) – No (0)</i></p> <p>3. ¿Usted diría que es activo/a en grupos que incluyen más que nada miembros de su propio grupo étnico? <i>Muchísimo (2)- Un poco (1)- No (0)</i></p> <p>3. Would you say that you are active in groups that include mostly members of your own ethnic group? <i>Very Much (2) – Somewhat (1) – No (0)</i></p> <p>4. Usted diría que tiene un sentido fuerte de pertinencia a su grupo étnico? <i>Muchísimo (2)- Un poco (1)- No (0)</i></p> <p>4. Would you say that you have a strong sense of belonging to your ethnic group? <i>Very Much (2) – Somewhat (1) – No (0)</i></p> <p>5. ¿Usted diría que piensa mucho sobre como su vida es afectada por su membresía de grupo? <i>Muchísimo (2)- Un poco (1)- No (0)</i></p> <p>5. Would you say that you think a lot about how life is affected by your group membership? <i>Very Much (2) – Somewhat (1) – No (0)</i></p>
---	-----------	--

		<p>6. ¿Usted diría que ha hablado con otros frecuentemente de asuntos relacionados con su grupo étnico? <i>Muchísimo (2)- Un poco (1)- No (0)</i></p> <p>6. Would you say that you have often talked to others about issues related to your ethnic group? <i>Very Much (2) – Somewhat (1) – No (0)</i></p>
	B6	<p>¿Cuánto de su tiempo libre pasa con personas de su propio grupo étnico/racial?</p> <p>How much of your free time do you spend with people from your own racial/ethnic group?</p>
<p><i>Investigue por un deseo de ser Blanco, no estigmatizado, y/o un miembro de un grupo privilegiado.</i></p> <p><i>Assess for wish to be White, non-stigmatized, and/or privileged group member.</i></p>	B7	<p>Muchas personas notan que puede ser difícil ser una minoría étnica o racial. ¿Usted ha alguna vez deseado que era un miembro del grupo mayoritario (i. e., una persona Blanca)?</p> <p>Many people note that it can be difficult to be an ethnic or racial minority. Have you ever wished you were a member of the majority group (i.e., a White person)?</p>
<p><i>Evalúe la composición del lugar de trabajo/estudio y el clima racial.</i></p> <p><i>Assess for composition of workplace/school and racial climate.</i></p>	B8	<p>¿Cómo es el ambiente étnico/racial en su lugar de trabajo/estudio? ¿Qué cómodo se siente ahí como una persona (inserta raza aquí)?</p> <p>What is the ethnic/racial environment like in your place of work/school? How comfortable do you feel there as a (<u>enter race here</u>) person?</p>

	C	Experiencias de Racismo Directo y Aparente Experiences of Direct Overt Racism
<p><i>Dé ejemplos, si es necesario. Esto podrá incluir acoso en el trabajo, amenazas, persecución por agencia del orden público, etc.</i></p> <p><i>Give examples, if needed. This may include harassment at work, threats, victimization by law enforcement, etc.</i></p> <p><i>Obtenga una descripción del evento.</i></p> <p><i>Elicit a description of the event.</i></p>	C1	<p>¿Me puede decir de un tiempo cuando fue afectado por racismo? Esto puede ser algo que otra persona le dijo o le hizo. Estoy especialmente interesada/o en cualquier experiencia en que estuvo <u>preocupado de su seguridad</u> y el evento fue <u>muy perturbador</u>?</p> <p>Can you share with me a time you were impacted by racism? This could be something that someone else either said or did to you. I am especially interested in any experiences where you were <u>concerned about your safety</u> and the event was <u>very upsetting</u>.</p> <p><i>Si es necesario:</i> Si no puede pensar de algún caso así entonces cualquier experiencia racista estará bien (i.e. ser seguido en tiendas, llamado insultos raciales, etc.).</p> <p><i>If needed:</i> If you can't think of any instances like that, then any racist experience will be fine (i.e., being followed in stores, called racial slurs, etc.).</p>
<p><i>Determine cuando el evento ocurrió.</i></p> <p><i>Determine when the event occurred.</i></p>	C2	<p>¿Cuántos años tenía cuando esto paso?</p> <p>How old were you when this happened?</p>
<p><i>Ten cuidado de no comunicar duda que esto de hecho fue un evento racista.</i></p> <p><i>Be careful not communicate doubt that this was in fact a racist event.</i></p>	C3	<p>¿Que lo/la llevo a creer que este evento ocurrió debido a su raza?</p> <p>What led you to believe this event happened due to your race?</p>
<p><i>Investigue por el grado y tipo de angustia experimentada, por ejemplo, enojo, depresión, ansiedad.</i></p> <p><i>Assess for degree and type of distress experienced, e.g., anger, depression, anxiety.</i></p>	C4	<p>¿Cuán perturbado estuvo por esta experiencia?</p> <p><i>Si angustia fue presente:</i> ¿Todavía está perturbado por eso?</p> <p>How upset were you by this experience?</p> <p><i>If distress was present:</i> Are you still upset by it?</p>
<p><i>Determine si la experiencia fue un trauma.</i></p> <p><i>Determine if experience was a trauma.</i></p>	C5	<p>¿Tuvo miedo por su vida, salud, o seguridad?</p> <p><i>Si sí:</i> ¿De qué modo?</p> <p>Did you fear for your life, health, or safety?</p> <p><i>If yes:</i> In what way?</p>

<p><i>Investigue por estrategias adaptables en comparación a estrategias inadaptables de lidiar.</i></p> <p><i>Assess for adaptive versus maladaptive coping strategies.</i></p>	C6	<p>¿Cómo lidio con esta experiencia?</p> <p>How did you cope with this experience?</p>
<p><i>Investigue por la disponibilidad y el uso de sistema de apoyo.</i></p> <p><i>Assess for availability and use of support system.</i></p>	C7	<p>¿Cómo respondieron otras personas importantes en su vida cuando les dijo de esto?</p> <p>How did other important people in your life respond when you told them about this?</p>
<p><i>Pregunte de otras experiencias de racismo.</i></p> <p><i>Ask about other experiences of racism.</i></p>	C8	<p>¿Me puede decir de otra experiencia de racismo como ese?</p> <p>Can you tell me about another experience of racism like that?</p> <p><i>Si es necesario: Esto puede ser cualquier otra situación donde se sintió temeroso, preocupado de su seguridad, o si el evento fue muy perturbador.</i></p> <p><i>If necessary: This can be any other situation where you were fearful, concerned about your safety, or if the event was very upsetting.</i></p>
<p><i>Determine cuando el evento ocurrió.</i></p> <p><i>Determine when the event occurred.</i></p>	C9	<p>¿Cuántos años tenía cuando esto paso?</p> <p>How old were you when this happened?</p>
<p><i>Ten cuidado no comunicar duda de que esto de hecho fue un evento racista.</i></p> <p><i>Be careful not communicate doubt that this was in fact a racist event.</i></p>	C10	<p>¿Que lo llevo a creer que este evento ocurrió por su raza?</p> <p>What led you to believe this event happened due to your race?</p>
<p><i>Investigue por el grado y tipo de angustia experimentada, por ejemplo, enojo, depresión, ansiedad.</i></p> <p><i>Assess for degree and type of distress experienced, e.g., anger, depression, anxiety.</i></p>	C11	<p>¿Cuán perturbado estuvo por esta experiencia?</p> <p><i>Si angustia fue presente: ¿Todavía esta perturbado por eso?</i></p> <p>How upset were you by this experience?</p> <p><i>If distress was present: Are you still upset by it?</i></p>
<p><i>Determine si la experiencia fue un trauma.</i></p> <p><i>Determine if experience was a trauma.</i></p>	C12	<p>¿Tuvo miedo por su vida, salud, o seguridad?</p> <p>Si sí: ¿de qué modo?</p> <p>Did you fear for your life, health, or safety?</p> <p><i>If yes: In what way?</i></p>

<p><i>Investigue por estrategias adaptables en comparación a estrategias inadaptables de lidiar.</i></p> <p><i>Assess for adaptive versus maladaptive coping strategies.</i></p>	C13	<p>¿Cómo lidio con esta experiencia?</p> <p>How did you cope with this experience?</p>
<p><i>Investigue por la disponibilidad y el uso de sistema de apoyo.</i></p> <p><i>Assess for availability and use of support system.</i></p>	C14	<p>¿Cómo respondieron otras personas importantes en su vida cuando les dijo de esto?</p> <p>How did other important people in your life respond when you told them about this?</p>
	D	<i>Experiencias de Racismo de Seres Queridos</i> <i>Experiences of Racism by Loved Ones</i>
<p><i>Obtenga una descripción del evento.</i></p> <p><i>Elicit a description of the event.</i></p>	D1	<p>¿Me puede decir de un tiempo cuando usted fue afectado por racismo debido a algo que le ocurrió a <u>alguien cercano a usted</u>?</p> <p>Can you share with me a time you were impacted by racism as a result of something that happened to <u>someone close to you</u>?</p>
<p><i>Determine cuando el evento ocurrió.</i></p> <p><i>Determine when the event occurred.</i></p>	D2	<p>¿Cuántos años tenía cuando esto paso?</p> <p>How old were you when this happened?</p>
<p><i>Ten cuidado de no comunicar duda de que esto de hecho fue un evento racista.</i></p> <p><i>Be careful not communicate doubt that this was in fact a racist event.</i></p>	D3	<p>¿Que lo llevo a creer que este evento ocurrió por su raza?</p> <p>What led you to believe this event happened due to race?</p>
<p><i>Investigue por el grado y tipo de angustia experimentada, por ejemplo, enojo, depresión, ansiedad.</i></p> <p><i>Assess for degree and type of distress experienced, e.g., anger, depression, anxiety.</i></p>	D4	<p>¿Cuán perturbado estuvo por esta experiencia?</p> <p><i>Si angustia fue presente: ¿Todavía esta perturbado por eso?</i></p> <p>How upset were you by this experience?</p> <p><i>If distress was present: Are you still upset by it?</i></p>

<p><i>Determine si la experiencia fue un trauma.</i></p> <p><i>Determine if experience was a trauma.</i></p>	D5	<p>¿Tuvo miedo por su vida, salud, o seguridad?</p> <p>Did you fear for the life, health, or safety of that person?</p>
<p><i>Investigue por estrategias adaptables en comparación a estrategias inadaptables de lidiar.</i></p> <p><i>Assess for adaptive versus maladaptive coping strategies.</i></p>	D6	<p>¿Cómo lidio con esta experiencia?</p> <p>How did you cope with this experience?</p>
<p><i>Investigue por disponibilidad y uso de un sistema de apoyo.</i></p> <p><i>Assess for availability and use of support system.</i></p>	D7	<p>¿Cómo respondieron otras personas importantes en su vida cuando les dijo de esto?</p> <p>How did other important people in your life react to this?</p>
<p><i>Obtenga una descripción del evento.</i></p> <p><i>Elicit a description of the event.</i></p>	D8	<p>¿Me puede decir de otro tiempo cuando usted fue afectado por racismo debido a algo que le ocurrió a <u>alguien cercano a usted</u>?</p> <p>Can you share with me another time you were impacted by racism as a result of something that happened to <u>someone close to you</u>?</p>
<p><i>Determine cuando el evento ocurrió.</i></p> <p><i>Determine when the event occurred.</i></p>	D9	<p>¿Cuantos años tenía cuando esto paso?</p> <p>How old were you when this happened?</p>
<p><i>Ten cuidado de no comunicar duda de que esto de hecho fue un evento racista.</i></p> <p><i>Be careful not communicate doubt that this was in fact a racist event.</i></p>	D10	<p>¿Que lo llevo a creer que este evento ocurrió por su raza?</p> <p>What led you to believe this event happened due to race?</p>
<p><i>Investigue por el grado y tipo de angustia experimentada, por ejemplo, enojo, depresión, ansiedad.</i></p> <p><i>Assess for degree and type of distress experienced, e.g., anger, depression, anxiety.</i></p>	D11	<p>¿Cuán perturbado estuvo por esta experiencia?</p> <p><i>Si angustia fue presente: ¿Todavía esta perturbado por eso?</i></p> <p>How upset were you by this experience?</p> <p><i>If distress was present: Are you still upset by it?</i></p>
<p><i>Determine si la experiencia fue un trauma.</i></p> <p><i>Determine if experience was a trauma.</i></p>	D12	<p>¿Tuvo miedo por su vida, salud, o seguridad?</p> <p>Did you fear for the life, health, or safety of that person?</p>

<p><i>Investigue por estrategias adaptables en comparación a estrategias inadaptables de lidiar.</i></p> <p><i>Assess for adaptive versus maladaptive coping strategies.</i></p>	D13	<p>¿Cómo lidio con esta experiencia?</p> <p>How did you cope with this experience?</p>
<p><i>Investigue por la disponibilidad y el uso de sistema de apoyo.</i></p> <p><i>Assess for availability and use of support system.</i></p>	D14	<p>¿Cómo respondieron otras personas importantes en su vida cuando les dijo de esto?</p> <p>How did other important people in your life react to this?</p>
<p>E Experiencias de Racismo Indirecto Experiences of Vicarious Racism</p>		
<p><i>Dé ejemplos según sea necesario, e.g., una redada de inmigración, un crimen de odio motivado racialmente, Guerra debido a limpieza étnica, etc.</i></p> <p><i>Give examples as needed, e.g., shooting of unarmed Black teen, racially-motivated hate crime, wars due to ethnic cleansing, etc.</i></p>	E1	<p>¿Me puede decir de un tiempo cuando usted fue afectado por racismo debido a algo de que usted aprendió- por ejemplo, en las noticias o en su comunidad- que involucro a alguien que usted no conoce personalmente?</p> <p>Can you share with me a time you were impacted by racism as a result of something you learned about – for example, on the news or in your community – that involved someone you did not know personally?</p>
<p><i>Determine cuando el evento ocurrió.</i></p> <p><i>Determine when the event occurred.</i></p>	E2	<p>¿Cuántos años tenía cuando esto paso?</p> <p>How old were you when this happened?</p>
<p><i>Ten cuidado de no comunicar duda de que esto de hecho fue un evento racista.</i></p> <p><i>Be careful not communicate doubt that this was in fact a racist event.</i></p>	E3	<p>¿Que lo llevo a creer que este evento ocurrió por su raza?</p> <p>What led you to believe this event happened due to racism?</p>
<p><i>Investigue por el grado y tipo de angustia experimentada, por ejemplo, enojo, depresión, ansiedad.</i></p> <p><i>Assess for degree and type of distress experienced, e.g., anger, depression, anxiety.</i></p>	E4	<p>¿Cuán perturbado estuvo por esta experiencia?</p> <p><i>Si angustia fue presente: ¿Todavía esta perturbado por eso?</i></p> <p>How upset were you by this experience?</p> <p><i>If distress was present: Are you still upset by it?</i></p>

<p><i>Determine si la experiencia fue personalmente traumática.</i></p> <p><i>Determine if experience was personally traumatic.</i></p>	E5	<p>¿Este evento lo/la hizo preocuparse de su propio/a bienestar, salud, o sentido de seguridad?</p> <p>Did this event make you worry about your own well-being, health, or sense of safety?</p>
<p><i>Investigue por estrategias adaptables en comparación a estrategias inadaptables de lidiar.</i></p> <p><i>Assess for adaptive versus maladaptive coping strategies.</i></p>	E6	<p>¿Cómo lidio con esta experiencia?</p> <p>How did you cope with this experience?</p>
<p><i>Investigue por la disponibilidad y el uso de sistema de apoyo.</i></p> <p><i>Assess for availability and use of support system.</i></p>	E7	<p>¿Cómo respondieron otras personas importantes en su vida cuando les dijo de esto?</p> <p>How did other important people in your life react to this?</p>
	F	<i>Experiencias de Racismo Encubierto</i> <i>Experiences of Covert Racism</i>
<p><i>Microagresiones incluyen intercambios breves, en la forma de comentarios que se parecen inocentes o inocuo, gestos sutiles o de rechazo, y tonos que mandan mensajes denigrantes a gente de color porque pertenecen a un grupo minoritario.</i></p> <p><i>Microaggressions include brief, exchanges, in the form of seemingly innocent and innocuous comments, subtle or dismissive gestures, and tones that send denigrating messages to people of color because they belong to a minority group.</i></p>	F1	<p>Frecuentemente minorías son blancos de experiencias racistas encubiertas o sutiles en la forma de algo que a veces llamamos “microagresiones.” <i>Define si necesario.</i></p> <p>Often minorities are the target of subtle or covert racist experiences in the form of what we sometimes call “microaggressions.” <i>Define if needed.</i></p> <p>¿Cuán frecuente diría que experimenta esto?</p> <p>How often would you say that you experience these?</p>
<p><i>Obtenga una descripción del evento.</i></p> <p><i>Elicit a description of the event.</i></p>	F2	<p>¿Me puede dar un ejemplo reciente?</p> <p>Can you give me a recent example?</p>
<p><i>Obtenga una descripción del evento.</i></p> <p><i>Elicit a description of the event.</i></p>	F3	<p>¿Puede dar otro ejemplo?</p> <p>Can you give another example?</p>
<p><i>Obtenga una descripción del evento.</i></p>	F4	<p>¿Puede dar otro ejemplo?</p>

<i>Elicit a description of the event.</i>		Can you give another example?
	F5	<p>¿Cuán estresante es para usted cuando este tipo de cosas le pasa?</p> <p>How stressful is it for you when these sorts of things happen to you?</p>
<p><i>Investigue por estrategias adaptables en comparación a estrategias inadaptables de lidiar.</i></p> <p><i>Assess for adaptive versus maladaptive coping strategies.</i></p>	F6	<p>¿Cómo lidia con estas experiencias?</p> <p>How do you cope with these experiences?</p>
	F7	<p>¿Ha experimentado algún cambio en su habilidad de lidiar con microagresiones?</p> <p>Have you experienced any changes in your ability to manage microaggressions?</p>

Nota: Las Secciones C a F pueden ser duplicadas para capturar eventos adicionales.
Note: Sections C-F may be duplicated to capture additional events.

G Evaluación de Trauma Racial **Racial Trauma Assessment**

Investigue por TEPT si alguna experiencia descrita anteriormente califica como el Criterio A evento del DSM-5.

Assess for PTSD if any experiences previously described qualify for DSM-5 Criterion A event.

Piense de todas las experiencias que hemos discutido acerca de racismo y discriminación cuando va respondiendo a las siguientes preguntas:

Nota: Para cada respuesta positiva, pida un ejemplo y apunte la frecuencia.

Think about all of the experiences we discussed concerning racism and discrimination as you answer the following questions:

Note: For each positive response, ask for an example and note frequency.

Re-experimentación (Necesita 1 para diagnóstico de TEPT)

Re-Experiencing (Need 1 for PTSD diagnosis)

G1. ¿Ha tenido memorias perturbadoras que siguen ocurriendo sobre las experiencias relacionadas con racismo?

	SI	NO
Have you had reoccurring, unwanted distressing memories about racism-related experiences?	YES	NO

G2. ¿Ha estado teniendo sueños malos o pesadillas relacionadas con racismo o de sintiéndose impotente o excluido?

	SI	NO
Have you been having bad dreams or nightmares related to racism, or about feeling powerless or excluded?	YES	NO

G3. ¿Ha tenido la experiencia de sintiendo como si algún evento pasado relacionado con racismo le estaba ocurriendo de nuevo (como una escena retrospectiva)?

	SI	NO
Have you had the experience of feeling as if a past racism-related event was happening to you all over again (like a flashback)?	YES	NO

G4. ¿Se pone muy emocionalmente perturbado cuando es recordado de las experiencias relacionadas con racismo?

	SI	NO
Do you get very <i>emotionally</i> upset when reminded of racism-related experiences?	YES	NO

G5. ¿Ha tenido reacciones negativas físicas cuando es recordado de las experiencias relacionadas con racismo (e.g., dolor de estómago, corazón acelerado, temblando)?

SI
YES NO
NO

Have you had negative *physical* reactions when reminded of racism-related experiences (e.g., stomach ache, heart racing, shaking)?

Evitación (Necesita 1 para diagnóstico de TEPT)

Avoidance (Need 1 for PTSD diagnosis)

G6. ¿Ha estado tratando duro de no pensar de las experiencias racistas perturbadoras que ha tenido?

SI
YES NO
NO

Have you been trying hard not to think about upsetting racist experiences you've had?

G7a. ¿Ha tratado de evitar actividades, lugares, cosas, o situaciones que le recuerdan de las experiencias relacionadas con racismo que usted ha tenido?

SI
YES NO
NO

Have you tried to avoid activities, places, things, or situations that remind you of the racism-related experiences you have had?

G7b. ¿Ha tratado de evitar ciertos tipos de personas porque se preocupa que ellos se van a comportar de una manera racista (i. e., personas Blancas, agentes del orden público, jefes, etc.)

SI
YES NO
NO

Have you tried to avoid certain types of people because you worry they will behave in a racist way (i.e., White people, law enforcement, bosses, etc.)?

Cambios Negativos en Cognición y Estado de Animo

(Necesita 2 para diagnóstico de TEPT – cuente solo uno de #9 y/o #10)

Negative Changes in Cognition & Mood

(Need 2 for PTSD diagnosis – count only one from #9 and/or #10)

G8. ¿Hay algunas partes importantes de sus experiencias con racismo de que usted no se puede recordar?

SI
YES NO
NO

Are there any important parts of your experiences with racism that you cannot remember?

G9a. ¿Se ha estado viendo en una manera más negativa por el racismo (e.g., “Debo de ser una persona más fuerte”)?

SI
YES NO
NO

Have you been viewing yourself in a more negative way because of racism (e.g., “I should be a stronger person”)?

G9b. ¿Ha estado viendo a otros en una manera más negativa por el racismo (e.g., “No puedo confiar en personas blancas”)?

	SI	NO
Have you been viewing others in a more negative way due to racism (e.g., “I can’t trust White people”)?	YES	NO

G9c. ¿Siente como que el mundo es un lugar peligroso por sus experiencias con racismo?

	SI	NO
Do you feel as if the world is a dangerous place because of your experiences with racism?	YES	NO

G10a. ¿Se ha echado la culpa por sus experiencias de racismo, o por cosas que pueden haber ocurrido después debido al racismo?

	SI	NO
Have you blamed yourself for your experiences of racism, or for things that may have happened afterwards due to racism?	YES	NO

G10b. ¿Le ha echado la culpa a otros que no fueron involucrados por su experiencia o por cosas que pueden haber pasado después?

	SI	NO
Have you blamed others who were not involved for your experience, or for things that may have happened afterwards?	YES	NO

G11. ¿Ha tenido sentimientos negativos continuamente tal como miedo, horror, enojo, culpa, o vergüenza por su experiencia relacionada con racismo?

	SI	NO
Have you had ongoing negative feelings such as fear, horror, anger, guilt or shame because of your racism-related experiences?	YES	NO

G12. ¿Ha perdido interés en las actividades que antes disfrutaba?

	SI	NO
Have you lost interest in activities you used to enjoy?	YES	NO

G13. ¿Se ha sentido separado, distante, o alienado de otras personas?

	SI	NO
Have you been feeling detached, cut-off, or alienated from other people?	YES	NO

G14. ¿Ha tenido dificultad experimentando sentimientos positivos? ¿O siente entumecimiento emocional?

	SI	NO
Have you had difficulty experiencing positive feelings? Or do you feel emotionally numb?	YES	NO

Agitación & Reactividad Fisiológica (Necesita 2 para diagnóstico de TEPT)

Physiological Arousal & Reactivity (Need 2 for PTSD diagnosis)

G15. ¿Ha estado más irritable o (físicamente o verbalmente) agresivo/a?

	SI	NO
Have you been more irritable or (physically or verbally) aggressive?	YES	NO

G16. ¿Ha estado tomando más riesgos o haciendo cosas que le pudieron haber causado daño a usted o a otros (e.g., manejando descuidadamente, tomando drogas, teniendo sexo sin protección)?

	SI	NO
Have you been taking more risks or doing things that might harm you or others (e.g., reckless driving, taking drugs, having unprotected sex)?	YES	NO

G17. ¿Ha estado demasiado alerta/a o en guardia (e.g., chequeando a ver quién está alrededor de usted, sentándose en lugares donde puede ver a todos, etc.)?

	SI	NO
Have you been overly alert or on-guard (e.g., checking to see who is around you, sitting in places where you can see everyone, etc.)?	YES	NO

G18. ¿Ha estado asustadizo/a o sobresaltado/a más fácilmente?

	SI	NO
Have you been jumpy or more easily startled?	YES	NO

G19. ¿Ha tenido dificultad quedándose enfocado o concentrándose?

	SI	NO
Have you had a hard time staying focused or concentrating?	YES	NO

G20. ¿Ha tenido dificultad yéndose a dormir o quedándose dormido?

	SI	NO
Have you had a hard time falling asleep or staying asleep?	YES	NO

Síntomas Disociativos (Necesita 0 para diagnóstico de TEPT)

Nota: Estos pueden ser más probable cuando usted se pone perturbado o estresado, esp. cuando desencadenado por experiencias de racismo.

Dissociative Symptoms (Need 0 for PTSD diagnosis)

Note: These may be more likely when you get upset or stressed, esp. when triggered by experiences of racism.

G21. ¿Alguna vez ha tenido veces en que usted se sintió separada/o de su cuerpo, desconectado de su sentido de identidad, o se sintió como un robot? (despersonalización)

	SI	NO
Do you ever have times that you feel detached from your body, disconnected from your sense of self, or like a robot? (depersonalization)	YES	NO

G22. ¿Alguna vez ha tenido veces en que todo se parece un poco irreal, como en un sueño, distante, o distorsionado? (*desrealización*)

	SI	NO
Do you ever have times that everything seems rather unreal, dreamlike, distant, or distorted? (<i>derealization</i>)	YES	NO

Angustia e Interferencia (<i>Necesita 1 para diagnóstico de TEPT</i>)	Clinicamente significativo	No significativo clinicamente
Distress & Interference (<i>Need 1 for PTSD diagnosis</i>)	Clinically significant	Not clinically significant

G23. ¿Estas dificultades han sido perturbadoras para usted? (*todos los síntomas discutidos hasta ahora*)

	SI	NO
Have these difficulties been upsetting for you? (<i>all symptoms discussed so far</i>)	YES	NO

G24. ¿Han estas dificultades estado interfiriendo con su vida diaria? (e.g., relaciones, el trabajo, la escuela, crianza de los hijos, u otras actividades importantes?)

	SI	NO
Have these difficulties been getting in the way of your everyday life (e.g., relationships, work, school, parenting, or other important activities)?	YES	NO

Duración de Perturbación (<i>Necesita 1 mes o más para diagnóstico de TEPT</i>)	Un mes o mas	Menos de un mes
Duration of Disturbance (<i>Need 1 month or more for PTSD diagnosis</i>)	1 month or more	Less than 1 month

G25. ¿Por cuánto tiempo ha estado sintiendo estas cosas?

	SI	NO
How long have you been feeling these things?	YES	NO

Para un diagnóstico de TEPT del DSM-5, el/la examinado/a debe de tener al menos 1 síntoma en la categoría de **Re-experimentación**, 1 síntoma en la categoría de **Evitación**, 2 síntomas en la categoría de **Cambios Negativos en Cognición y Estado de Animo** (cuenta solo uno de #9 y solo uno de #10), 2 síntomas en la categoría de **Agitación & Reactividad Fisiológica**, 0 síntomas en la categoría de **Síntomas Disociativos**, 1 síntoma en la categoría de **Angustia e Interferencia**, y **Duración de Perturbación** debe de ser una respuesta SI. Refiere al DSM-5 por criterio de exclusión.

For a DSM-5 diagnosis of PTSD, the examinee must have at least 1 symptom in the **Re-Experiencing** category, 1 symptom in the **Avoidance** category, 2 symptoms in the **Negative Changes in Cognition & Mood** category (count only one from #9 and only one from #10), 2 symptoms in the **Physiological Arousal & Reactivity** category, 0 symptoms in the **Dissociative Symptoms** category, 1 symptom from the **Distress & Interference** category, and **Duration of Disturbance** must be a YES answer. Reference the DSM-5 for exclusion criteria.

DIAGNOSTICO PROBABLE: _____

LIKELY DIAGNOSIS: _____