שאלון SCI-דיווח עצמי ילד

שאלון זה כולל מספר שאלות על האופן בו אתה מרגיש בימים האחרונים. בבקשה ענה לפי הימים האחרונים, כשהרגשת במצב הכי גרוע שלך:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | פקטור (סימפטום) | Over-arching dimension  (symptom) |
| 1. האם פחדת שתמות? | 2ג הפרעה רגשית (חרדה קיצונית) | Affective disturbance (Extreme Anxiety) |
| 2. האם חשת תחושות מוזרות בגופך? | 2ג הפרעה רגשית (חרדה קיצונית) | Affective disturbance (Extreme Anxiety) |
| 3. האם הרגשת שכואב לך כל כך עד שאינך יכול לסבול זאת? | 2א הפרעה רגשית (כאב נפשי) | Affective disturbance (Emotional Pain) |
| 4. האם הרגשת שראשך מתפוצץ מיותר מדי מחשבות? | 3ג חוסר שליטה קוגניטיבית (הצפה רומינטיבית) | Loss of cognitive control (Ruminative Flooding) |
| 5. האם הרגשת חסר תקווה? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 6. האם הרגשת שאין מוצא? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 7. האם הרגשת שחייך בסכנה? | 2ג הפרעה רגשית (חרדה קיצונית) | Affective disturbance (Extreme Anxiety) |
| 8. האם הרגשת שהעולם סביבך שונה? | 2ג הפרעה רגשית (חרדה קיצונית) | Affective disturbance  (Extreme Anxiety) |
| 9. האם הרגשת שכואב לך מאוד וזה לא יכול להפסק? | 2א הפרעה רגשית (כאב נפשי) | Affective disturbance (Emotional Pain) |
| 10. האם גופך או עורך הרגישו מוזר? | 2ג הפרעה רגשית (חרדה קיצונית) | Affective disturbance (Extreme Anxiety) |
| 11. האם הרגשת שמשהו קורה לגופך? | 2ג הפרעה רגשית (חרדה קיצונית) | Affective disturbance (Extreme Anxiety) |
| 12. האם הרגשת שמחשבותיך רצות מהר מדי? | 3ג חוסר שליטה קוגניטיבית (הצפה רומינטיבית) | Loss of cognitive control (Ruminative Flooding) |
| 13. האם חשת פחד שדברים לעולם לא יהיו נורמליים שוב? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 14. האם היו לך רגשות שאינך יכול לתאר? | 2ג הפרעה רגשית (חרדה קיצונית) | Affective disturbance  (Extreme Anxiety) |
| 15. האם הרגשת חוסר אונים לגבי שינוי? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 16. האם הרגשת לכוד? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 17. האם הרגשת כאב שחייב להיפסק? | 2א הפרעה רגשית (כאב נפשי) | Affective disturbance (Emotional Pain) |
| 18. האם רצית שמחשבות רעות ייעלמו, אך הן לא? | 3ד הפרעה קוגניטיבית (חוסר יכולת לדכא מחשבות) | Loss of cognitive control  (Failed Thought Suppression) |
| 19. האם חשבת שדברים לעולם לא ישתנו? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 20. האם הרגשת שאין דרך מפלט? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 21. האם חשת לחץ בראש מלחשוב יותר מדי? | 3א חוסר שליטה קוגניטיבית (רומינציה) | Loss of cognitive control (Rummintation) |
| 22. האם הרגשת שאתה איבדת שליטה בלגרום לדברים להיות טובים יותר? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 23. האם הרגשת שראשך כואב מיותר מדי מחשבות בתוכו? | 3א חוסר שליטה קוגניטיבית (רומינציה) | Loss of cognitive control (Rumination) |
| 24. האם הרגשת שאין דרך לתקן את בעיותיך? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 25. האם חשת שלעולם לא תרגיש יותר טוב בהמשך? | 1מלכוד (מבוי סתום) | Entrapment |
| 26. האם חשבת שמשהו עלול להרוג אותך בפתאומיות כמו תאונת דרכים? | 2ג הפרעה רגשית (חרדה קיצונית) | Affective disturbance (Extreme Anxiety) |
| 27. האם הרגשת שמחשבותיך מבולבלות? | 3ג חוסר שליטה קוגניטיבית (הצפה רומינטיבית) | Loss of cognitive control  (Rumination) |
| 28. האם הרגשת מוטרד ממחשבות לא הגיוניות? | 3ג חוסר שליטה קוגניטיבית (הצפה רומינטיבית) | Loss of cognitive control  (Rumination) |
| 29. האם התעצבנת בקלות בגלל אחרים? | 4ג הפרעה בעוררות (רגזנות) | Hyperarousal  (Irritability) |
| 30. האם איבדת שליטה על המזג שלך בקלות? | 4ג הפרעה בעוררות (רגזנות) | Hyperarousal  (Irritability) |
| 31. האם כעסת רוב הזמן? | 4ג הפרעה בעוררות (רגזנות) | Hyperarousal  (Irritability) |
| 32. האם היה לך קשה להירדם? | 4ד הפרעה בעוררות (קשיי שינה) | Hyperarousal  (Insomnia) |
| 33. האם התעוררת במהלך השינה? | 4ד הפרעה בעוררות (קשיי שינה) | Hyperarousal  (Insomnia) |
| 34. האם הרגשת עייף כאילו שלא ישנת מספיק? | 4ד הפרעה בעוררות (קשיי שינה) | Hyperarousal  (Insomnia) |
| 35. האם הרגשת שאתה לא מסוגל לדבר על רגשותייך ובעיותיך עם ההורים? | 5ב נסיגה חברתית (התחמקות מתקשורת) | Social withdrawal |
| 36. האם הרגשת שאתה לא מסוגל לדבר על רגשותייך ובעיותיך עם חברים? | 5ב נסיגה חברתית (התחמקות מתקשורת) | Social withdrawal |
| 37. האם הרגשת בודד? | 5א נסיגה חברתית (התרחקות) | Social withdrawal |
| 38. האם התרחקת מאחרים? | 5א נסיגה חברתית (התרחקות) | Social withdrawal |
| 39. האם הרגשת שאתה לא מסוגל להיות עם אחרים? | 5א נסיגה חברתית (התרחקות) | Social withdrawal |
| 40. האם רבת עם אחרים? | 4ג הפרעה בעוררות (רגזנות) | Hyperarousal  (Irritability) |