

ACE-Kvarðinn / Erfið reynsla í æsku

Fyrir 18 ára aldur:

Merktu við

-
1. Kom það oft eða mjög oft fyrir að foreldri eða annar fullorðinn á heimilinu...
blótaði þér, móðgaði þig, gerði lítið úr þér eða niðurlægði þig
eða hegðaði sér þannig að þú óttaðist líkamleg meiðsl? **já**
-
2. Kom það oft eða mjög oft fyrir að foreldri eða annar fullorðinn á heimilinu...
hrinti þér, reif í þig, sló þig eða henti einhverju í þig
eða sló þig einhvern tíma svo fast að það sá á þér eða þú slasaðist? **já**
-
3. Gerði einhver fullorðin eða einhver að minnsta kosti 5 árum eldri en þú einhvern tíma eftirfarandi:
Kom við þig, káfaði á þér eða lét þig koma við sig á kynferðislegan hátt
eða reyndi eða tókst að eiga munnmök, endaparmsmök eða samfarir um leggöng við þig? **já**
-
4. Fannst þér oft eða mjög oft...
að engum í fjölskyldunni þinni þætti vænt um þig eða þætti þú mikilvæg(ur)
eða sérstök/sérstakur
eða að fjölskyldumeðlimir gættu ekki hagsmuna hvers annars, væru nánir eða styddu hver annan? **já**
-
5. Fannst þér oft eða mjög oft...
að þú hefðir ekki nóg að borða, þyrftir að vera í óhreinum fötum eða hefðir engan til að gæta þín
eða að foreldrar þínir væru of fullir eða skakkir til að sinna þér eða fara með þig til læknis ef þú þyrftir á því að halda? **já**
-
6. Misstir þú einhvern tíma samband við kynforeldri við skilnað eða vegna þess að það yfirgaf þig eða af annarri ástæðu? **já**
-
7. Var móður þinni eða stjúpmóður...
oft eða mjög oft hrint, hrifsað í hana, hún slegin eða einhverju hent í hana
eða var stundum, oft eða mjög oft sparkaði í hana, hún bitin, barin með hnefa eða lamin með einhverju hörðu?
eða var hún einhvern tíma lamin margítrekað eða ógnað með hníf eða byssu? **já**
-
8. Bjóst þú með einhverjum sem drakk illa, var alkóhólisti eða fíkniefnaneytandi? **já**
-
9. Var einhver á heimilinu þunglyndur, með geðsjúkdóm eða reyndi að fremja sjálfsmorð? **já**
-
10. Fór einhver á heimilinu í fangelsi? **já**

Teldu saman fjölda "Já" svara og þá færðu stöðu þína á ACE-kvarðanum: _____