

Dotazník číslo:

NT_3					
------	--	--	--	--	--

Světová zdravotnická organizace, Kodaň, Dánsko
Ústav zdraví dítěte při Univerzitě v Bristolu, Velká Británie
Výzkumné pracoviště preventivní a sociální pediatrie,
Lékařská fakulta Masarykovy univerzity, Brno, Česká republika

organizují a provádějí

v ý z k u m

**EVROPSKÁ LONGITUDINÁLNÍ STUDIE RODIČOVSTVÍ A DĚTSTVÍ
(ELSPAC)**



Dotazník pro otce devatenáctiletých C (Dotazník NT_3)

Vážený pane,
tento dotazník je určen otci devatenáctiletého syna/devatenáctileté dcery nebo partnerovi matky, který sdílí s dospívající/m společnou domácnost a dobře ho/ji zná.

Cílem dotazníku je zjistit, jak životní styl rodičů a jejich zdravotní problémy ovlivňují zdravotní stav a vývoj sledovaných dospívajících. Dotazník je proto rozdělen do několika tematických částí, ve kterých najdete otázky o Vašem zdravotním stavu, psychické pohodě, vztazích s blízkými lidmi, životním stylu Vaší rodiny atd.

DOTAZNÍKY PROJEKTU ELSPAC

- Koncem XX. století dospěli lékaři ke smutnému zjištění: zdravotní stav dětské populace v Evropě se všeobecně zhoršuje. Dochází k nárůstu chronických a alergických chorob, zvyšuje se náchylnost k infekčním chorobám, vzrůstá počet dětí s nějakým druhem postižení. Příčiny této situace nemohou být pouze biologické. Pravděpodobně spočívají v životním stylu evropské populace, v působení psychických stresů, v kvalitě rodinného a životního prostředí současných dětí a dospívajících. Neznáme však **přesně míru rizik jednotlivých škodlivých faktorů ani význam různých kombinací těchto faktorů pro zdravotní stav dětí a dospívajících**. Základním cílem Evropské dlouhodobé studie rodičovství a dětství je proto určit, jaký vliv mají faktory biologické, sociální, psychosociální a faktory prostředí na zdraví dětí a dospívajících.
- ELSPAC je mezinárodní zdravotnická studie, která vznikla z podnětu Světové zdravotnické organizace (WHO) a probíhá v šesti zemích Evropy. V České republice bylo do projektu zahrnuto více než 7000 dětí narozených v letech 1991 a 1992 a jejich rodičů. Tyto rodiny sledujeme již od těhotenství matky. Jak jsme již dříve uvedli, našim záměrem bylo pokračovat ve výzkumném sledování těchto dětí alespoň do 19 let jejich věku. Tímto tedy naše dlouhá etapa výzkumu končí.

Důsledky pro dotazování

- Charakter studie však ovlivňuje dotazování. Snaha o velmi podrobné a mnohostranné poznání rizikových faktorů dětského zdraví vede k nárůstu objemu dotazníků.
- Nutnost uvádět většinu výzkumných otázek současně ve všech zúčastněných zemích způsobuje, že některé dotazy se Vám mohou zdát neobvyklé.

Žádná data či informace, která nám vyplněním tohoto dotazníku sdělíte, nejsou poskytována žádné třetí osobě.

SEKCE M: VAŠE MÍNĚNÍ O SOBĚ

Tato sekce obsahuje otázky, které se týkají Vašeho vztahu k sobě samému a Vašich představ o sobě. Pozorně si přečtěte každou otázku a odpovězte Ano (souhlasím), či Ne (nesouhlasím).

	Ano	Ne
M1. Mám přirozený talent pro ovlivňování lidí.	1	2
M2. Nejsem příliš skromný.	1	2
M3. Udělal bych vše pro to, abych byl odvážný.	1	2
M4. Víím, že jsem dobrý, protože mi to všichni pořád říkají.	1	2
M5. Kdybych vládl světu, byl by mnohem lepším místem.	1	2
M6. Můžu obvykle mluvit o čemkoliv se mi zachce.	1	2
M7. Líbí se mi být středem pozornosti.	1	2
M8. Budu mít úspěch.	1	2
M9. Myslím, že jsem výjimečná osoba.	1	2
M10. Vidím sám sebe jako dobrého vůdce.	1	2
M11. Jsem asertivní.	1	2
M12. Líbí se mi mít autoritu nad jinými lidmi.	1	2
M13. Připadá mi snadné manipulovat s lidmi.	1	2
M14. Trvám na tom, aby se mi dostávalo náležitého respektu.	1	2
M15. Rád ukazuji své tělo.	1	2
M16. Umím číst v lidech jako v knize.	1	2
M17. Líbí se mi, když převezmu odpovědnost za rozhodování.	1	2
M18. Chci něco znamenat v očích světa.	1	2
M19. Rád se dívám na své tělo.	1	2
M20. Rád se předvedu, když mám příležitost.	1	2
M21. Vždycky víím, co dělám.	1	2

	Ano	Ne
M22. Vzácně spoléhám na jiné, má-li se něco dodělat.	1	2
M23. Každý rád poslouchá moje příběhy.	1	2
M24. Očekávám toho hodně od druhých.	1	2
M25. Nikdy nebudu spokojen, dokud nebudu mít vše, co si zasloužím.	1	2
M26. Rád dostávám komplimenty.	1	2
M27. Mám silnou vůli k moci.	1	2
M28. Rád začínám s novým stylem a módou.	1	2
M29. Líbí se mi dívat se na sebe do zrcadla.	1	2
M30. Skutečně se mi líbí být středem pozornosti.	1	2
M31. Svůj život můžu žít, jakkoli chci.	1	2
M32. Zdá se, že lidé vždy rozpoznají mou autoritu.	1	2
M33. Preferuji být vůdcem.	1	2
M34. Bude ze mě úžasná osoba.	1	2
M35. Můžu druhé lidi přesvědčit o tom, co chci.	1	2
M36. Jsem rozený vůdce.	1	2
M37. Přeji si, aby jednou někdo napsal můj životopis.	1	2
M38. Jsem rozčilený, když si lidé nevšimnou, jak vypadám na veřejnosti.	1	2
M39. Jsem schopnější než jiní lidé.	1	2
M40. Jsem mimořádná osoba.	1	2

SEKCE N: VÁŠ VZTAH K ALKOHOLU

Tato sekce obsahuje otázky, které zjišťují Váš vztah k alkoholu. Vyjádřete Váš souhlas s uvedeným tvrzením na škále od 1 (výrazně souhlasí) po 7 (výrazně nesouhlasí).

	Výrazně souhlasí				Výrazně nesouhlasí		
N1. Kdyby byl alkohol přímo tady přede mnou, bylo by těžké neužít jej.	1	2	3	4	5	6	7
N2. Cítil bych se lépe, kdybych mohl pít.	1	2	3	4	5	6	7
N3. Kdybych měl možnost užít alkohol, myslím, že bych pil.	1	2	3	4	5	6	7
N4. Pití by bylo báječné.	1	2	3	4	5	6	7
N5. Právě teď mi chybí alkohol.	1	2	3	4	5	6	7
N6. Půjdu pít hned, jak to bude možné.	1	2	3	4	5	6	7
N7. Cítil bych se méně nervózní, kdybych mohl hned teď pozřít alkohol.	1	2	3	4	5	6	7
N8. Pití mi přináší věci, které se zdají být perfektní.	1	2	3	4	5	6	7
N9. Teď mám nutkání pít.	1	2	3	4	5	6	7
N10. Mohl bych mít věci víc pod kontrolou, kdybych teď mohl pít.	1	2	3	4	5	6	7
N11. Pití by mi mohlo přinést méně nervozity.	1	2	3	4	5	6	7
N12. Kdybych tady měl nějaký alkohol, nemohl bych se v pití zastavit.	1	2	3	4	5	6	7
N13. Chce se mi pít tak strašně, že to úplně cítím v ústech.	1	2	3	4	5	6	7
N14. Nebylo by nic lepšího, než kdyby byl tady alkohol právě teď.	1	2	3	4	5	6	7
N15. Udělal bych téměř cokoliv, abych se mohl napít.	1	2	3	4	5	6	7
N16. Mít pití by bylo ideální.	1	2	3	4	5	6	7
N17. Chtěl bych se hned teď napít.	1	2	3	4	5	6	7

N18. Cítil bych se méně podrážděný, kdybych se mohl napít.

**Výrazně
souhlasí**

**Výrazně
nesouhlasí**

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N19. Přemýšlím o tom, jak získat alkohol.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N20. Všechno, co teď chci dělat, je pít.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N21. Bylo by těžké odložit pití právě v této chvíli.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N22. Kdybych se teď mohl napít, byl bych méně napjatý.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N23. Mohlo by být úžasné, napít se hned teď.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N24. Kdybych měl hned teď nějaký alkohol, chtěl bych ho pravděpodobně pít.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N25. Mohl bych se cítit méně unavený, kdybych se teď napil.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N26. Kdybych se teď napil, cítil bych se méně nervózní.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N27. Toužím právě teď po alkoholu.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N28. Kdyby mi byl nabídnut alkohol, chtěl bych se hned napít.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N29. Pití by mi mohlo přinést lepší náladu.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

N30. Moje tužba pít se zdá být zvládnutá.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

SEKCE O: VAŠE ZKUŠENOSTI Z DĚTSTVÍ

Tato sekce obsahuje otázky, které se týkají Vašich zkušeností v dětství. Odpovězte, prosím, na všechny otázky.

	Nikdy	Zřídka	Občas	Často	Velmi často
Když jsem vyrůstal:					
O1. Neměl jsem dostatek jídla.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O2. Věděl jsem, že je někdo, kdo se o mne stará a chrání mne.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O3. Lidé v mé rodině mi říkali, že jsem „blbý“, „líný“ nebo „ošklivý“.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O4. Mí rodiče byli příliš často opilí nebo „nafetovaní“ na to, aby se starali o rodinu.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O5. V mé rodině byl někdo, kdo mi pomáhal cítit, že jsem v něčem důležitý nebo výjimečný.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O6. Musel jsem nosit špinavé oblečení.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O7. Cítil jsem se milován.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O8. Myslel jsem si, že si mí rodiče přáli, abych se nikdy nenarodil.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O9. Někdo z mé rodiny mě udeřil tak těžce, že jsem musel být prohlédnut lékařem nebo jsem musel do nemocnice.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O10. Nebylo nic, co bych chtěl na mé rodině měnit.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O11. Někdo z rodiny mě tak udeřil, že jsem měl modřiny nebo jizvy.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O12. Byl jsem trestán páskem, prknem, kabelem nebo jinou tvrdou věcí.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O13. Lidé v mé rodině byli vůči sobě pozorní.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O14. Lidé z mé rodiny mi řekli zraňující nebo urážející věci.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O15. Věřím, že jsem byl fyzicky týrán.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
O16. Měl jsem skvělé dětství.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>

	Nikdy	Zřídka	Občas	Často	Velmi často
O17. Byl jsem tak ošklivě zbit, že si toho všiml učitel, soused či doktor.	1	2	3	4	5
O18. Cítil jsem, že mě někdo z mé rodiny nenáviděl.	1	2	3	4	5
O19. Lidé v mé rodině se cítili navzájem blízcí.	1	2	3	4	5
O20. Někdo se mě snažil sexuálně dotýkat, nebo mě přimět k tomu, abych se ho/jí dotýkal.	1	2	3	4	5
O21. Někdo mi vyhrožoval, že mi ublíží, nebo o mně říkal lži, dokud jsem s ní/m nedělal něco sexuálního.	1	2	3	4	5
O22. Měl jsem nejlepší rodinu na světě.	1	2	3	4	5
O23. Někdo se snažil o to, abych dělal nebo se díval na sexuální věci.	1	2	3	4	5
O24. Někdo mě obtěžoval.	1	2	3	4	5
O25. Věřím, že jsem byl emocionálně zneužíván.	1	2	3	4	5
O26. Vždy byl někdo, kdo mě vzal k lékaři, když to bylo zapotřebí.	1	2	3	4	5
O27. Věřím, že jsem byl sexuálně zneužíván.	1	2	3	4	5
O28. Moje rodina pro mne byla zdrojem síly a podpory.	1	2	3	4	5

SEKCE P: VAŠE NEOBVYKLÉ ZKUŠENOSTI

Tato sekce obsahuje otázky, které se ptají, jak často se Vám stávají určité věci. K výběru nejvhodnější odpovědi Vám pomůže následující návod:

Pokud se Vám popisovaná věc nikdy nestala, nebo si nejste jisti, zda se stala, zaškrtněte Nikdy. Pokud se Vám popisovaná věc stala, ale jen několikrát za celý život (cca 1-3krát), zaškrtněte Zřídka. Pokud se Vám věc stává, ale neděje se neustále, nebo se stává nepravidelně, zaškrtněte Někdy. Pokud se Vám popisovaná věc stává pravidelně nebo nepříjemně často, zaškrtněte Často.

A. Jak často zažíváte náhlý, prudký a nevysvětlitelný výskyt:

	Nikdy	Zřídka	Někdy	Často
P1. Bolesti hlavy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P2. Otupělosti nebo brnění	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P3. Závratí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P4. Pocitu, že Vám něco leze pod kůži	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P5. Návalů nebo pocitu horka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P6. Pocitu zástavy srdce, bušení srdce nebo rychlého tlukotu srdce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P7. Zvedání a klesání žaludku – jako byste byl ve výtahu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P8. Náhlého nucení na zvracení – pocitu jako se zauzlovanými vnitřnostmi nebo jako po úderu do žaludku	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B. Jak často jste bez zjevného důvodu zažil, že:

	Nikdy	Zřídka	Někdy	Často
P9. Vidíte blikající světla – bílá nebo barevná	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P10. Vidíte vzory a geometrické tvary	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P11. Vidíte plně formované obrazy – např. postavu ve dveřích, démona, obraz podobný Bohu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P12. Slyšíte zvonění nebo bzučení	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P13. Slyšíte hlas, který volá Vaše jméno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
P14. Slyšíte hlas, který opakuje větu nebo frázi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Nikdy	Zřídka	Někdy	Často
P15. Cítíte v ústech kovovou nebo hnilobnou pachut'	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P16. Cítíte zápach např. čpavku, hořící gummy nebo hniјících odpadků	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P17. Cítíte tuze štíplavý nebo nechutně sladký zápach	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>

C. Jak často jste měl následující nevysvětlené nebo neovlivnitelné příhody:

	Nikdy	Zřídka	Někdy	Často
P18. Komplexní automatické chování – jako bezúčelné běhání v kruhu, zavírání oken nebo obírání neexistující špíny z šatů	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P19. Upřený pohled do prázdna	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P20. Otáčení hlavy, pohledy přes rameno, pečlivé zkoumání okolí	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P21. Kóktání, nezřetelné mluvení, krátkodobou ztrátu řeči	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P22. Cukání rukama nebo nohama	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P23. Přechodnou slabost v rukách nebo nohách, někdy následovanou pádem na stranu	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>

D. Jak často zažíváte:

	Nikdy	Zřídka	Někdy	Často
P24. Záblesky minulosti (např. se během vzrušující události cítíte stejně, jako jste se cítil v dětství)	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P25. Pocit, že události, rozhovory nebo místa jsou podivně známá, jako byste je už kdysi prožil nebo promýšlel	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P26. Pocit, že známá osoba nebo místo se stala/o neznámou/mým, změnila/o se tak, jako byste ji/ho nikdy neviděl	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P27. Pocit, že Vás sleduje nebo pozoruje někdo neviditelný	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P28. Náhlý pocit posedlosti nebo pocit, že se skládáte z více osobností	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>
P29. Pocit, že Vaše vědomí opustilo Vaše tělo nebo že pozorujete sám sebe z výšky	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>

	Nikdy	Zřídka	Někdy	Často
P30. Náhlý pocit, že nejste skutečný nebo že nejste tím samým člověkem	1 <input type="text"/>	2 <input type="text"/>	3 <input type="text"/>	4 <input type="text"/>

E. Jak často míváte zrakové představy, že:

	Nikdy	Zřídka	Někdy	Často
P31. Předmět nebo osoba se rozpadají nebo mění	1 <input type="text"/>	2 <input type="text"/>	3 <input type="text"/>	4 <input type="text"/>

P32. Předmět nebo osoba najednou vypadají menší, vzdálenější nebo mimo dosah	1 <input type="text"/>	2 <input type="text"/>	3 <input type="text"/>	4 <input type="text"/>
--	------------------------	------------------------	------------------------	------------------------

P33. Předmět nebo osoba najednou vypadají větší, bližší nebo Vás převyšují	1 <input type="text"/>	2 <input type="text"/>	3 <input type="text"/>	4 <input type="text"/>
--	------------------------	------------------------	------------------------	------------------------

SEKCE Q: VAŠE KAŽDODENNÍ ZKUŠENOSTI

Tato sekce obsahuje otázky, jež se týkají zkušeností, které se mohou vyskytovat ve Vašem každodenním životě. Zajímá nás, jak často se Vám tyto události stávají. Je však důležité, aby Vaše odpovědi ukázaly, jak často tyto zkušenosti prožíváte, aniž jste pod vlivem alkoholu nebo drog. K tomu, abyste mohl odpovědět na otázku, je nutné, abyste vyjádřil odpovídající stupeň zkušenosti v otázce ve vztahu k sobě a vyznačil jej kroužkem na škále od **nikdy** do **vždy**, jak je ukázáno na příkladu.

Příklad: **Nikdy** 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q1. Někteří lidé mají zkušenost, že si při řízení auta náhle uvědomí, že si nemohou vzpomenout na to, co se událo v průběhu celého výletu nebo jeho části. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q2. Někteří lidé občas zjistí, že si při poslechu něčí řeči náhle uvědomí, že neslyšeli část nebo vůbec nic z toho, co bylo řečeno. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q3. Někteří lidé mají takovou zkušenost, že naleznou sebe sama na nějakém místě a nevědí, jak se tam dostali. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q4. Někteří lidé mají zkušenost s tím, že naleznou sebe sama oblečené v oděvu a nevzpomínají si, že se oblékali. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q5. Někteří lidé mají zkušenost, že naleznou nové věci mezi těmi, jež vlastní, a nemohou si vzpomenout, že je kupovali. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q6. Někteří lidé občas zjišťují, že se setkají s lidmi, které neznají a kteří je nazývají jiným jménem, a trvají na tom, že se spolu již setkali. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q7. Někteří lidé mají občas zkušenost, že cítí, jakoby stáli vedle sama sebe nebo viděli sebe sama něco dělat, jako kdyby se dívali na jinou osobu. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q8. Někteří lidé říkají, že občas nepoznávají přátele nebo členy rodiny. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q9. Někteří lidé někdy zjišťují, že si nevzpomínají na důležité události ve svém životě (například svatba, promoce, maturita a podobně). Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q10. Někteří lidé mají zkušenost s tím, že jsou obviňováni ze lhaní, aniž by lhali. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q11. Někteří lidé mají zkušenost, že hledí do zrcadla a nepoznávají sami sebe. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q12. Někteří lidé mají občas zkušenost s tím, že cítí, že jiní lidé, věci nebo svět kolem nich nejsou reálné. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q13. Někteří lidé mají občas zkušenost s tím, že cítí, jakoby jim jejich tělo nenáleželo. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q14. Někteří lidé mají zkušenost, že si občas vzpomenou na nějakou minulou událost tak živě, že cítí, jakoby tuto událost znovu prožili. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q15. Někteří lidé mají zkušenost s tím, že si nejsou jisti, zda události, na něž si vzpomínají, se opravdu staly, nebo si je jen vysnili. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q16. Někteří lidé mají zkušenost s tím, že se ocitnou na známém místě, ale to jim připadá zvláštní a neznámé. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q17. Některým lidem se stává, že když hledí na televizi nebo film, jsou tak pohlceni příběhem, že si nejsou vědomi ostatních událostí kolem nich. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q18. Některým lidem se občas stává, že jsou tak pohlceni fantazií nebo denním snem, že pociťují, jakoby se jim to opravdu stalo. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q19. Některým lidem se stává, že jsou občas schopni ignorovat bolest. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q20. Některým lidem se stává, že občas sedí a upřeně hledí před sebe, o ničem nepřemýšlí a nejsou si vědomi uplynulého času. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q21. Některým lidem se občas stává, že když jsou sami, hovoří nahlas sami se sebou. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q22. Někteří lidé shledávají, že v některé situaci ve srovnání s jinou jednájí tak odlišně, že se cítí téměř tak, jakoby byli dvěma různými lidmi. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q23. Některým lidem se občas stává, že v některých situacích jsou schopni vykonávat věci, které jsou pro ně obvykle obtížné, s úžasnou lehkostí a spontaneitou (například sport, práce, sociální situace). Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q24. Někteří lidé si občas nemohou vzpomenout, zdali něco udělali, neboť mají jen myšlenku o tom, že tu věc udělali (například nevědí, zdali poslali dopis, nebo si jen myslí, že jej poslali). Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q25. Někteří lidé zjišťují, že udělali věci, na které si nemohou vzpomenout, že je dělali. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q26. Někteří lidé občas naleznou mezi věcmi, jež jim náleží, zápisky, kresby, nebo poznámky, které museli sami učinit, ale nemohou si vzpomenout, kdy. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q27. Některým lidem se občas stává, že slyší hlasy uvnitř své hlavy, které jim říkají, co mají dělat nebo komentují to, co dělají. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

Q28. Někteří lidé občas pocítují, jako když hledí na svět skrze mlhu, takže lidé a objekty se jim jeví být vzdálenými a nejasnými. Vyznačte, v jakém procentu času se to stává Vám.

Nikdy 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% **Vždy**

SEKCE R: VAŠE TĚLESNÉ PROJEVY

Tato sekce obsahuje otázky týkající se Vašich tělesných projevů. Odpověď, prosím, označte na škále od 1 (neodpovídá to mým zkušenostem a pocitům) po 5 (velmi dobře to odpovídá).

1 (Vůbec to neodpovídá mým zkušenostem a pocitům)

2 (Trochu to odpovídá)

3 (Středně to odpovídá)

4 (Docela hodně to odpovídá)

5 (Velmi dobře to odpovídá)

	Neodpovídá			Odpovídá	
Občas se mi stává, (že):					
R1. Jako by moje tělo nebo jeho část zmizely.	1	2	3	4	5
R2. Jsem na chvíli paralyzován.	1	2	3	4	5
R3. Nemohu mluvit (nebo pouze s velkým úsilím) nebo mohu pouze šeptat.	1	2	3	4	5
R4. Moje tělo nebo jeho část je necitlivá vůči bolesti.	1	2	3	4	5
R5. Zažívám bolest v průběhu močení.	1	2	3	4	5
R6. Na chvíli nemohu vidět (jako bych byl slepý).	1	2	3	4	5
R7. Mám potíže při močení.	1	2	3	4	5
R8. Nemohu na chvíli slyšet (jako bych byl hluchý).	1	2	3	4	5
R9. Slyším zvuky zblízka, jako by přicházely zdaleka.	1	2	3	4	5
R10. Na chvíli zůstanu strnule stát.	1	2	3	4	5
R11. Nemám rýmu a k tomu mám buď mnohem lepší nebo horší čich, než je tomu obvykle.	1	2	3	4	5
R12. Cítím bolest v genitálu (zvláště po sexuálním styku).	1	2	3	4	5
R13. Mám záchvat, který se podobá epileptickému.	1	2	3	4	5
R14. Jsou mi nepříjemné vůně, jež mám obvykle rád.	1	2	3	4	5
R15. Jsou mi nepříjemné chutě, jež mám obvykle rád.	1	2	3	4	5

Neodpovídá**Odpovídá**

- | | | | | | |
|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| R16. Vidím věci kolem sebe jinak, než je tomu obvykle (například jako když hledím skrze nějaký tunel nebo vidím pouze část nějakého objektu). | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |
| R17. Nemohu spát v průběhu noci až do jejího konce, ale přesto zůstávám velmi aktivní během dne. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |
| R18. Nemohu polykat nebo jen s velkým úsilím. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |
| R19. Lidé a věci vypadají větší, než jaké ve skutečnosti jsou. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |
| R20. Mé tělo, nebo jeho část, vnímám jako znečitlivělou. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |

SEKCE S: VAŠE NÁLADA

Vyberte, prosím, v každé skupině jeden výrok, který nejlépe vystihuje, jak se cítíte **během posledních 14 dnů včetně dneška**.

S1. Smutek

Nejsem smutný.

0

Většinou jsem smutný.

1

Pořád jsem smutný.

2

Jsem tak smutný, že se to nedá vydržet.

3

S2. Pesimismus

O svou budoucnost nemám obavy.

0

O svou budoucnost se obávám více než dříve.

1

Myslím, že se mi nebude dařit.

2

Moje budoucnost je beznadějná, a bude ještě horší.

3

S3. Minulá selhání

Nemám dojem, že selhávám.

0

Selhal jsem častěji, než bych měl.

1

Když se dívám do minulosti, vidím spoustu selhání.

2

Jako člověk jsem úplně selhal.

3

S4. Ztráta radosti

Raduji se stejně jako dříve.

0

Neraduji se stejně jako dříve.

1

Téměř nemám potěšení z věcí, které jsem měl rád.

2

Vůbec nemám potěšení z věcí, které jsem měl rád.

3

S5. Pocit viny

Nemívám nijak zvlášť pocity viny.

0

Cítím vinu za řadu věcí, které jsem udělal nebo měl udělat.

1

Mívám často pocity viny.

2

Pořád mám pocity viny.

3

S6. Pocit potrestání

Nemyslím, že mě život trestá.

0

Myslím, že by mě život mohl potrestat.

1

Očekávám trest.

2

Myslím, že jsem životem trestán.

3

S7. Znechucení sám ze sebe

Myslím si o sobě pořád to samé.

0

Ztratil jsem důvěru v sám sebe.

1

Jsem ze sebe zklamaný.

2

Sám sebou jsem znechucen.

3

S8. Sebekritika

Nekritizuji nebo neobviňuji sám sebe více než obvykle.

0

Jsem sám k sobě více kritický než dříve.

1

Kritizuji se za všechny své chyby.

2

Obviňuji se za všechno špatné, co se přihodí.

3

S9. Sebevražedné myšlenky nebo přání

Nepřemýšlím o tom, že bych se zabil.

0

Mám myšlenky o sebevraždě, ale neudělal bych to.

1

Chtěl bych se zabít.

2

Kdybych měl možnost se zabít, tak bych se zabil.

3

S10. Plačtivost

Nepláču více než dříve.

0

Pláču více než dříve.

1

Pláču kvůli každé maličkosti.

2

Je mi do pláče, ale nejsem ho schopen.

3

S11. Agitovanost

Nejsem více neklidný nebo napjatý než obvykle.

0

Cítím se více neklidný nebo napjatý než obvykle.

1

Jsem tak neklidný nebo rozrušený, že je těžké to vydržet.

2

Jsem tak neklidný nebo rozrušený, že nemohu zůstat v nečinnosti.

3

S12. Ztráta zájmu

O jiné lidi nebo věci jsem zájem neztratil.

0

Méně se zajímám o jiné lidi nebo věci.

1

Mnohem méně se zajímám o jiné lidi nebo věci.

2

Je těžké se zajímat o cokoliv.

3

S13. Nerozhodnost

Rozhduji se stejně dobře jako dříve.

0

Rozhodovat se je obtížnější než obvykle.

1

Rozhduji se mnohem obtížněji než dříve.

2

Mám problém udělat jakékoliv rozhodnutí.

3

S14. Pocit bezcennosti

Necítím se bezcenný.

0

Nemyslím, že mám pro lidi stejnou cenu, jako jsem míval.

1

Ve srovnání s jinými lidmi se cítím více bezcenný.

2

Cítím se úplně bezcenný.

3

S15. Ztráta energie

Mám stejně energie jako vždy.

0

Mám méně energie, než jsem míval.

1

Nemám dost energie, abych toho hodně udělal.

2

Vůbec na nic nemám energii.

3

S16. Změna spánku

Nevšiml jsem si žádných změn u svého spánku.

0

Spím trochu více než obvykle.

1

Spím trochu méně než obvykle.

4

Spím mnohem více než obvykle.

2

Spím mnohem méně než obvykle.

5

Většinu dne prospím.

3

Probouzím se o jednu až dvě hodiny dříve a už nemohu usnout.

6

S17. Podrážděnost

Nejsem podrážděný více než obvykle.

0

Jsem více podrážděný než obvykle.

1

Jsem mnohem více podrážděný než obvykle.

2

Bývám pořád podrážděný.

3

S18. Změny chuti k jídlu

Necítím žádné změny v chuti k jídlu.

0

Mám trochu menší chuť k jídlu než obvykle.

4

Mám trochu větší chuť k jídlu než obvykle.

1

Mám mnohem menší chuť k jídlu než obvykle.

5

Mám mnohem větší chuť k jídlu než obvykle.

2

Vůbec nemám chuť k jídlu.

6

Jíst mohu pořád.

3

S19. Koncentrace

Mohu se soustředit jako vždycky.

0

Nejsem schopný se soustředit jako obvykle.

1

Je těžké se na cokoliv delší dobu soustředit.

2

Nejsem schopný se soustředit na nic.

3

S20. Únava

Nejsem unavený více než obvykle.

0

Unavím se snadněji než obvykle.

1

Jsem příliš unavený, než abych dělal tolik věcí, jako jsem dělával.

2

Jsem tak unavený, že nedokážu dělat skoro nic.

3

S21. Ztráta zájmu o sex

V současnosti jsem nezaznamenal změnu zájmu o sex.

0

Mám menší zájem o sex než obvykle.

1

Mám nyní mnohem menší zájem o sex.

2

Úplně jsem ztratil zájem o sex.

3

SEKCE T: VAŠE EMOCE

Tato sekce obsahuje otázky, které se ptají na Vaše emoce a pocity. Odpověď, prosím, znázorněte na škále od 1 (vůbec to neodpovídá mým zkušenostem a pocitům) do 5 (velmi dobře odpovídá).

	Vůbec neodpovídá					Velmi dobře odpovídá				
T1. Bývám často zmatený, pokud jde o to, jaké emoce cítím.	1	2	3	4	5					
T2. Je pro mne těžké najít správná slova pro mé pocity.	1	2	3	4	5					
T3. Mám fyzické vjemy, kterým ani lékaři nerozumí.	1	2	3	4	5					
T4. Jsem schopen snadno popsat své pocity.	1	2	3	4	5					
T5. Dávám přednost analyzování problémů před jejich popisováním.	1	2	3	4	5					
T6. Když se necítím dobře, nevím jestli jsem smutný, vyděšený nebo rozhněvaný.	1	2	3	4	5					
T7. Jsem často zmatený z pocitů v mém těle.	1	2	3	4	5					
T8. Dávám přednost tomu, ponechat věcem volný průběh, před tím, než abych se snažil porozumět, proč se takto dějí.	1	2	3	4	5					
T9. Mívám pocity, které nemohu zcela identifikovat.	1	2	3	4	5					
T10. Být ve styku s emocemi je zásadní (esenciální).	1	2	3	4	5					
T11. Zjistil jsem, že je těžké popsat to, co cítím o lidech.	1	2	3	4	5					
T12. Lidé mi říkají, abych více popsal své pocity.	1	2	3	4	5					
T13. Nevím, co se ve mně děje.	1	2	3	4	5					
T14. Často nevím, proč jsem rozhněvaný.	1	2	3	4	5					
T15. Raději hovořím s lidmi o jejich denních aktivitách, než o jejich pocitech.	1	2	3	4	5					
T16. Raději se koukám na „lehký“ zábavný pořad, než na psychologické drama.	1	2	3	4	5					
T17. Je pro mne těžké odhalit moje nejvnitřnější city, a to i blízkým přátelům.	1	2	3	4	5					

**Vůbec
neodpovídá**

**Velmi
dobře
odpovídá**

T18. Cítím se blízko někoho i v okamžicích mlčení.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

T19. Zkoumání mých pocitů považuji za užitečné pro řešení osobních problémů.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

T20. Hledání skrytých významů ve filmech nebo hrách odvádí od zábavy.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

SEKCE U: VAŠE SOUČASNÉ PROBLÉMY

Tato sekce obsahuje otázky, které se ptají, jak často jste zažil každou z následujících položek v **posledních dvou měsících**. Upřesněte na škále od 0 (Nikdy) do 3 (Často).

- 0 (Nikdy)
- 1 (Občas)
- 2 (Opakovaně)
- 3 (Často)

	Nikdy	Občas	Opakovaně	Často
U1. Bolesti hlavy.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U2. Nespavost (problém s usnutím).	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U3. Ztrátu váhy (bez diety).	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U4. Žaludeční problémy.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U5. Sexuální problémy.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U6. Pocit izolovanosti od ostatních.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U7. “Retrospektivy” (náhlé, živé, zneklidňující vzpomínky).	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U8. Neklidný spánek.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U9. Snížený zájem o sex.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U10. Záchvaty úzkosti.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U11. Zvýšený sexuální zájem.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U12. Pocit osamělosti.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U13. Noční můry.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U14. “Úlety” (úniky ve Vaší mysli).	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U15. Smutek.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U16. Závrať.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U17. Nespokojenost se sexuálním životem.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>
U18. Obtížnou kontrolu nálady.	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>

	Nikdy	Občas	Opakovaně	Často
U19. Probouzení se brzy ráno a nemožnost opět usnout.	0	1	2	3
U20. Nekontrolovatelný pláč.	0	1	2	3
U21. Strach z mužů.	0	1	2	3
U22. Rána bez pocitů odpočinku.	0	1	2	3
U23. Máte sex, který Vás netěší.	0	1	2	3
U24. Potíže ve vycházení s druhými.	0	1	2	3
U25. Problémy s pamětí.	0	1	2	3
U26. Zájem o sebepoškozování.	0	1	2	3
U27. Strach ze žen.	0	1	2	3
U28. Probouzení v průběhu noci.	0	1	2	3
U29. Špatné myšlenky nebo pocity v průběhu sexu.	0	1	2	3
U30. Výpadky vědomí.	0	1	2	3
U31. Pocity, že věci jsou “nereálné”.	0	1	2	3
U32. Nadbytečné nebo příliš časté mytí.	0	1	2	3
U33. Pocity ponížení.	0	1	2	3
U34. Trvalé pocity napětí.	0	1	2	3
U35. Zmatenost, pokud jde o pocity související se sexualitou.	0	1	2	3
U36. Přání fyzicky poškozovat druhé.	0	1	2	3
U37. Pocity viny.	0	1	2	3
U38. Pocity, že nejste vždy ve Vašem těle.	0	1	2	3
U39. Potíže s dýcháním.	0	1	2	3
U40. Sexuální pocity tam, kde si je nepřejete mít.	0	1	2	3

SEKCE V: VÁŠ VZTAH K SOBĚ A DRUHÝM LIDEM

Tato sekce obsahuje otázky, které zjišťují Váš vztah k sobě a k druhým lidem. Odpověď znázorníte na škále od 1 (Vůbec tomu tak není) po 5 (Velmi dobře to odpovídá).

- 1 (Vůbec tomu tak není)
- 2 (Zřídka tomu tak je)
- 3 (Opakovaně)
- 4 (Často)
- 5 (Velmi dobře to odpovídá)

	Vůbec tomu tak není	Zřídka tomu tak je	Opakovaně	Často	Velmi dobře odpovídá
V1. Vidím sám sebe odlišně, když jsem s jinými lidmi.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V2. Moje matka má své chyby, ale nikdy jsem nepochyboval o její lásce ke mně.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V3. Být schopen si udržet přátele je pro mne jednou z nejdůležitějších věcí.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V4. Moji rodiče vždy pečovali o mé potřeby.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V5. Moje pocity o mně se dramaticky mění.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V6. Je nemožné mé rodiče vždy milovat.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V7. Odlišné části mé osobnosti je obtížné složit dohromady.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V8. Moje pocity o mé matce se mění ze dne na den.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V9. Moji rodiče pro mne udělali to nejlepší, co mohli.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V10. Mám pochybnosti o mých nejbližších přátelích.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V11. Občas si nejsem jist, kdo jsem.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V12. Moje pocity o sobě jsou velmi silné, ale mohou se měnit každým okamžikem.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V13. Mé přátelské vztahy jsou téměř vždy uspokojivé.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
V14. Moje pocity o mně se nemění snadno.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

	Vůbec tomu tak není	Zřídka tomu tak je	Opakovaně	Často	Velmi dobře odpovídá
V15. Měl jsem mnoho dlouhodobých přátelství.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V16. Občas se cítím rozdělenými mými pocity o sobě.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V17. Mé vztahy s rodinou jsou pevné.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V18. Mé vztahy vůči mým blízkým zůstávají neměnné.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V19. Byl jsem si vždycky vědom, že moji blízcí přátelé se o mne opravdu starali.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V20. Mé mínění o mých přátelích se zřídka mění.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V21. Téměř vždy pocítuji jako dobré ty, kteří jsou mi blízcí.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V22. Mám extrémně smíšené pocity o mojí matce.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V23. Má rodina mě často zraňovala.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>
V24. Kdo jsem, záleží na tom, jak se cítím.	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="3"/>	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="5"/>

SEKCE W: VAŠE TĚLESNÉ POCITY

Označte prosím číslem, do jaké míry je uvedený výrok pro Vás charakteristický na škále od 1 (Nejméně souhlasí) po 5 (Nejvíce souhlasí).

	Nejméně souhlasí				Nejvíce souhlasí
W1. Když někdo jiný kašle, nutí mne to taky ke kašli.	1	2	3	4	5
W2. Nemůžu vystát dým, smog a škodliviny ve vzduchu.	1	2	3	4	5
W3. Často si uvědomuji různé procesy, které se odehrávají v mém těle.	1	2	3	4	5
W4. Když se udeřím, zůstane to citlivé po dlouhou dobu.	1	2	3	4	5
W5. Náhlé hlučné zvuky mě značně obtěžují.	1	2	3	4	5
W6. Někdy můžu slyšet svůj pulz nebo tlukot srdce pulzující v mém uchu.	1	2	3	4	5
W7. Nenávidím, když mi je příliš teplo, nebo příliš chladno.	1	2	3	4	5
W8. Když jsem hladový, brzy cítím, že mám stažený žaludek.	1	2	3	4	5
W9. Dokonce i malé věci, jako štípnutí hmyzem nebo tříška, mě značně obtěžují.	1	2	3	4	5
W10. Mám malou toleranci bolesti.	1	2	3	4	5

SEKCE X: VAŠE VNITŘNÍ POCITY

Jak často máte následující pocity a zkušenosti? Odpověď znázorníte na škále od 1 (Nikdy) po 7 (Vždy).

**Nikdy Jednou Zřídka Někdy Často Obvykle Vždy
za čas**

X1. Byl jsem unaven.	1	2	3	4	5	6	7
X2. Byl jsem v depresi (tísni).	1	2	3	4	5	6	7
X3. Prožíval jsem krásný den.	1	2	3	4	5	6	7
X4. Byl jsem tělesně vyčerpán.	1	2	3	4	5	6	7
X5. Byl jsem citově vyčerpán.	1	2	3	4	5	6	7
X6. Byl jsem šťastný.	1	2	3	4	5	6	7
X7. Cítil jsem se vyřízen (zničen).	1	2	3	4	5	6	7
X8. Nemohl jsem se vzchopit a pokračovat dále.	1	2	3	4	5	6	7
X9. Byl jsem nešťastný.	1	2	3	4	5	6	7
X10. Cítil jsem se uhoněn a utahán.	1	2	3	4	5	6	7
X11. Cítil jsem se jakoby uvězněn v pasti.	1	2	3	4	5	6	7
X12. Cítil jsem se, jako bych byl nula / bezcenný.	1	2	3	4	5	6	7
X13. Cítil jsem se utrápený.	1	2	3	4	5	6	7
X14. Tížily mne starosti.	1	2	3	4	5	6	7
X15. Cítil jsem se zklamán a rozčarován.	1	2	3	4	5	6	7
X16. Byl jsem slabý a na nejlepší cestě k onemocnění.	1	2	3	4	5	6	7
X17. Cítil jsem se beznadějně.	1	2	3	4	5	6	7
X18. Cítil jsem se odmítnutý a odstrčený.	1	2	3	4	5	6	7
X19. Cítil jsem se plný optimismu.	1	2	3	4	5	6	7

**Nikdy Jednou Zřídka Někdy Často Obvykle Vždy
za čas**

X20. Cítil jsem se plný energie.

1	2	3	4	5	6	7
1	2	3	4	5	6	7

X21. Byl jsem plný úzkostí a obav.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

SEKCE Y: PSYCHICKÁ ODOLNOST

Prosím, přečtete si následující tvrzení. Vpravo od každého tvrzení najdete 7 čísel, v rozsahu od 1 (Naprostě nesouhlasím) vlevo, do 7 (Naprostě souhlasím) napravo. Označte číslo, které nejlépe vystihuje Vaše pocity o tomto tvrzení. Například, když silně nesouhlasíte s tvrzením, označte 1, když jste neutrální, označte 4, a když silně souhlasíte, označte 7.

	Naprostě nesouhlasím				Naprostě souhlasím		
1. Obyčejně věci nějak zvládám.	1	2	3	4	5	6	7
2. Jsem hrdý na to, že jsem v životě dosáhl určité věci.	1	2	3	4	5	6	7
3. Obvykle беру věci tak, jak jsou.	1	2	3	4	5	6	7
4. Sám sobě jsem si přítelem.	1	2	3	4	5	6	7
5. Pociťuji, že dokážu zvládnout hodně věcí naráz.	1	2	3	4	5	6	7
6. Jsem rozhodný.	1	2	3	4	5	6	7
7. Umím překonat těžké časy, protože jsem zažil těžkosti předtím.	1	2	3	4	5	6	7
8. Mám sebedisciplínu.	1	2	3	4	5	6	7
9. Pořád se zajímám o věci.	1	2	3	4	5	6	7
10. Obvykle umím najít něco, čemu se zasměji.	1	2	3	4	5	6	7
11. To, že si věřím, mi pomáhá dostat se přes těžké časy.	1	2	3	4	5	6	7
12. V nouzi jsem někdo, na koho se druzí lidé mohou obecně spolehnout.	1	2	3	4	5	6	7
13. Můj život má smysl.	1	2	3	4	5	6	7
14. Když jsem ve složité situaci, obvykle dokážu najít cestu ven.	1	2	3	4	5	6	7

SEKCE Z: ZVLÁDÁNÍ SITUACÍ

Zajímá nás, jak se lidé vyrovnávají s těžkými a stresovými situacemi. Uvedené položky vypovídají o různých způsobech chování při zátěži. Chtěli bychom Vás požádat, abyste odpověděl, co Vy osobně většinou děláte v těchto situacích. Různé situace a problémy mohou vyvolávat různé reakce, pokuste se však myslet na to, co je pro Vás typické. Jak moc nebo jak často postupujete tak, jak to popisují jednotlivé položky? Zakroužkujte u každé z nich to číslo uvedené stupnice, které Vás nejlépe vystihuje.

- 1 **nikdy** to nedělám, **nikdy** se tak nechovám
- 2 **někdy** to dělám, **někdy** se tak chovám
- 3 **dost často** to dělám, **dost často** se tak chovám
- 4 **velmi často** to dělám, **velmi často** se tak chovám

	Nikdy		Často	
	1	2	3	4
1. Věnuji se práci nebo jiným činnostem, abych na problém přestal myslet.				
2. Soustřed'uji své úsilí na to, abych něco udělal.				
3. Říkám si: „Tohle není možné.“				
4. Užiji alkohol nebo jiné drogy, abych se cítil lépe.				
5. Snažím se získat citovou oporu u přátel a příbuzných.				
6. Tvářím se, že se ve skutečnosti nic nestalo.				
7. Podniknu akci, abych vylepšil svou situaci.				
8. Odmítám si přiznat, že se ten problém skutečně stal.				
9. Mluvím o tom problému, abych odstranil negativní pocity.				
10. Potřebuji pomoc a rady jiných.				
11. Užiji alkohol nebo jiné drogy, aby mi pomohly dostat se přes tenhle problém.				
12. Usiluji vidět problém v jiném, pozitivnějším světle.				
13. Jsem kritický k sobě samému.				
14. Pokouším se objasnit si strategie, postup řešení, co dělat.				
15. Hledám u někoho porozumění a sympatie.				

Nikdy**Často**

16. Vzdávám se pokusu dosáhnout toho, co chci.

1	2	3	4
1	2	3	4
1	2	3	4

17. Hledám něco dobrého v tom, co se událo.

1	2	3	4
1	2	3	4

18. Vtipkuji o tom.

1	2	3	4
---	---	---	---

19. Vykonávám různé činnosti (dívám se na televizi, jdu do kina, čtu, nakupuji), abych na problém myslel co nejméně.

1	2	3	4
---	---	---	---

20. Přijímám fakt, že se to stalo.

1	2	3	4
---	---	---	---

21. Projevuji své negativní pocity navenek.

1	2	3	4
---	---	---	---

22. Usiluji nalézt uspokojení ve víře a náboženství.

1	2	3	4
---	---	---	---

23. Snažím se získat pomoc a rady, co mám dělat, od jiných lidí.

1	2	3	4
---	---	---	---

24. Učím se s tím žít.

1	2	3	4
---	---	---	---

25. Přemýšlím úporně o tom, jaké kroky udělat.

1	2	3	4
---	---	---	---

26. Obviňuji se za věci, které se staly.

1	2	3	4
---	---	---	---

27. Modlím se nebo medituji.

1	2	3	4
---	---	---	---

28. Ze situace si dělám žerty.

1	2	3	4
---	---	---	---

SEKCE ZA : VAŠE SEBEHODNOCENÍ

Máte před sebou tvrzení, která se týkají obecných pocitů o sobě samém. *Zatrhňte, prosím, jak jste se cítil v poslední době. Uveďte první odpověď, která Vás napadne.*

	Rozhodně souhlasím	Souhlasím	Nesouhlasím	Rozhodně nesouhlasím
a) Jsem se sebou vcelku spokojený.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
b) Občas si pomyslím, že jsem k ničemu.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
c) Víím, že mám několik dobrých vlastností.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
d) Jsem schopný dělat věci stejně dobře jako druzí lidé.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
e) Zdá se mi, že nemám na co být hrdý.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
f) Občas se cítím zbytečný.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
g) Mám pocit, že jsem stejně hodnotný člověk jako ostatní.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
h) Přál bych si mít k sobě více úcty.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
i) Mám pocit, že jsem svůj život prohrál.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
j) Zaujímám k sobě pozitivní postoj.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4

SEKCE ZB : VAŠE ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST

Přečtěte si, prosím, uvedená tvrzení a označte svůj souhlas nebo nesouhlas na uvedené škále:

Vůbec nesouhlasím	Spíše nesouhlasím	Nemohu se rozhodnout	Spíše souhlasím	Zcela souhlasím
----------------------	----------------------	-------------------------	--------------------	--------------------

- | | | | | | |
|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| a) Téměř ve všech ohledech se můj život blíží mému ideálu. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |
| b) Podmínky mého života jsou uspokojivé. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |
| c) Se svým životem jsem spokojený. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |
| d) Až dosud jsem v životě získal důležité věci, které jsem chtěl. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |
| e) Kdybych mohl žít svůj život znovu, téměř nic bych nezměnil. | <input type="text" value="1"/> | <input type="text" value="2"/> | <input type="text" value="3"/> | <input type="text" value="4"/> | <input type="text" value="5"/> |

SEKCE ZC: ZÁVĚR

ZC1. Tento dotazník vyplnil:

	Ano	Ne
a) otec dospívající/ho (biologický)	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>
b) nevlastní otec dospívající/ho	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>
c) někdo jiný (uved'te, prosím)	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="2"/>

.....

ZC2. Uved'te, prosím, datum vyplnění dotazníku:

den	měsíc	rok
<input type="text"/>	<input type="text"/>	20 <input type="text"/>

ZC3. Uved'te, prosím, Vaše datum narození:

den	měsíc	rok
<input type="text"/>	<input type="text"/>	19 <input type="text"/>

ZC4. Uved'te, prosím, datum narození dospívající/ho, který/á je zařazen/a do naší studie:

den	měsíc	rok
<input type="text"/>	<input type="text"/>	19 <input type="text"/>

ZC5. Chtěl byste nám napsat něco navíc, co výrazně ovlivnilo Váš život, Vaše zdraví a Vaše rodinné zázemí?

.....
.....
.....

ZC6. Máme zájem o pružnější spojení mezi Vámi a námi. Chcete-li nám napsat telefonní číslo, mobil nebo e-mail, na kterém se nejčastěji vyskytujete, budeme rádi:

.....

DĚKUJEME VÁM ZA POMOC A VYPLNĚNÍ DOTAZNÍKU!

Garance výzkumu

Všechny informace, které jste nám poskytli, jsou zcela důvěrné a budou zpracovány pouze hromadně.

Nikdo nebude mít možnost žádným způsobem spojit informace obsažené v tomto dotazníku s Vaším jménem.

Doc. MUDr. Lubomír Kukla, CSc.
odpovědný řešitel projektu ELSPAC pro ČR,
mezinárodní koordinátor projektu ELSPAC a
vedoucí Výzkumného pracoviště preventivní
a sociální pediatrie
pracoviště Bieblova 16, 613 00 Brno
Lékařská fakulta, Masarykova univerzita, Brno
e-mail: lubomir.kukla@tiscali.cz



MASARYKOVA UNIVERZITA

Lékařská fakulta

Komenského nám. 2
662 43 Brno

Tel.: 549 491 111
Fax: 542 213 996

Pracoviště:

Výzkumné pracoviště preventivní a
sociální pediatrie

Bieblova 16
613 00 Brno

Tel.: 549493715, 549494773

E-mail: lubomir.kukla@tiscali.cz
<http://www.med.muni.cz/elspac>