

# Raidos ir gerovės įvertinimas

*(The Development and Well-Being Assessment, DAWBA)*

## Interviu su 11–17 metų vaikais

**Pavardė:**

**Vardas:**

**Amžius:**

**Gimimo data:**

**Berņiukas / mergaitė**

**Klinikinis / tyrimo numeris:**

**Interviu data:**

**Tyrėjas:**

*Pirmas žingsnis – apklausti vaikus taikant Galių ir sunkumų klausimyno versiją, skirtą vaikams ((SDQ) V 11–16). Gautus įverčius pažymėti apibraukiant tinkamus skaičius šiame puslapyje pateikiamoje lentelėje.*

**SDQ Emocijų įvertinimas**    0   1   2   3   4   5 || 6   7   8   9   10

**SDQ Elgesio įvertinimas**    0   1   2   3 || 4   5   6   7   8   9   10

## A skyrius. Atskyrimo nerimas

Dauguma jaunų žmonių yra ypač prisirišę prie keleto jiems svarbių suaugusiųjų, jiems jų reikia, kad jaustųsi saugūs, ramūs, ir kreipiasi į juos nuliūdę ar įskaudinti.

		Ne (arba netinka klausimas)	Taip
A1	Ar esi ypač prisirišęs (-usi) prie šių suaugusiųjų?		
a)	Savo motinos (biologinės ar įmotės)	0	1
b)	Savo tėvo (biologinio ar įtėvio)	0	1
c)	Kitos motiniškos figūros (pamotės, globėjos, tėvo sugyventinės ar partnerės)	0	1
d)	Kitos tėviškos figūros (patėvio, globėjo, motinos sugyventinio ar partnerio)	0	1
e)	Vieno ar keleto senelių	0	1
f)	Vieno ar keleto kitų suaugusiųjų giminaičių (pvz., tetos, dėdės, suaugusio brolio ar sesers)	0	1
g)	Auklės, namų darbininkės	0	1
h)	Vieno ar keleto mokytojų	0	1
i)	Vieno ar keleto kitų suaugusiųjų, kurie nėra giminės (pvz., šeimos draugo (-ės) ar kaimyno (-ės))	0	1
j)	[ ] Prie jokio suaugusiojo nesi labai prisirišęs (-usi)		

*Jeį pažymėjote atsakymą A1j, tuomet užduokite klausimus A1k ir A1l. Kitais atvejais tęskite užduodami A2 klausimą.*

		Ne (arba netinka klausimas)	Taip
Ar esi ypač prisirišęs (-usi) prie šių jaunų žmonių?			
k)	Vieno ar keleto brolių, seserų ar kitų jaunų giminaičių	0	1
l)	Vieno ar keleto draugų	0	1
m)	[ ] Prie nieko nesi ypač prisirišęs (-usi)		

*Jeį pažymėjote atsakymą A1m, tuomet pereikite prie B skyriaus. Kitais atvejais tęskite:*

A2 Ką tik pasakei, prie ko esi ypač prisirišęs (-usi). *Jeį norite, galite išvardyti visus vaikui svarbius žmones, kurie buvo paminėti atsakant „Taip“ į klausimus nuo A1a iki A1i (ar nuo A1k iki A1l). Toliau aš vadinsiu šiuos žmones „tau artimais žmonėmis“ arba žmonėmis, prie kurių tu esi prisirišęs.*

Dabar norėčiau sužinoti, kiek stipriai nerimauji dėl išsiskyrimo su tau artimais žmonėmis (prisirišimo figūromis). Dėl to nerimauja dauguma jaunų žmonių, bet aš norėčiau paklausti, kaip tai pasireiškia tau, palyginti su kitais tavo bendraamžiais. Mane domina, kaip tau būna įprastai, dažniausiai, o ne retkarčiais pasitaikančiomis nesėkmių dienomis.

Ar per **pastarąsias 4 savaites** labai nerimavai dėl išsiskyrimo su tau artimais žmonėmis, prie kurių tu esi prisirišęs?

Ne	Taip
0	1

*Jeį A2 = „Taip“ arba jeį SDQ Emocijų įvertis yra  $\geq 6$ , tuomet tęskite. Kitais atvejais pereikite prie B skyriaus.*

A3	Ar per <b>pastarąsias 4 savaites</b> , jei lyginsi save su kitais bendraamžiais ...	Ne daugiau nei kiti (arba Netinka klausimas)	Truputį daugiau nei kiti	Gerokai daugiau nei kiti
a)	nerimaudavai, kad tau artimiems žmonėms, prie kurių esi prisirišęs, atsitiks kas nors negera arba kad juos prarasi?	0	1	2
b)	nerimaudavai be pagrindo, kad gali būti atskirtas (-a) nuo tau artimų žmonių, prie kurių esi prisirišęs, pvz., kad tave pagrobs, paguldys į ligoninę ar užmuš?	0	1	2
c)	nenorėdavai eiti į mokyklą, nes bijodavai, kad kol tu būsi mokykloje, kažkas baisaus gali atsitikti tau artimiems žmonėms, prie kurių esi prisirišęs? ( <i>Šis klausimas nėra apie nenorą eiti į mokyklą dėl kitų priežasčių, pvz., baimės, kad tyčiosis, arba egzaminų baimės</i> )	0	1	2
d)	nerimavai dėl to, kad reikia vienam (-ai) miegoti kambaryje?	0	1	2
e)	naktį eidavai tikrinti, ar nieko nenutiko artimiems tau žmonėms (prisirišimo figūroms), arba norėdavai atsigulti šalia jų?	0	1	2
f)	nerimaudavai, jei reikėdavo miegoti svetimoje vietoje?	0	1	2
g)	bijodavai namuose būti vienas (-a), jei tavo artimi žmonės, prie kurių esi prisirišęs, trumpam kur nors išeidavo?	0	1	2
h)	sapnuodavai pasikartojančius košmarus ar blogus sapnus apie tai, kaip tave atskiria nuo artimų žmonių, prie kurių esi prisirišęs?	0	1	2
i)	skaudėdavo galvą, pilvą ar būdavo bloga, kai tekdavo išsiskirti su artimais žmonėmis, prie kurių esi prisirišęs, arba kai žinodavai, kad netrukus taip atsitiks?	0	1	2
j)	būdamas (-a) be tau artimų žmonių, prie kurių esi prisirišęs, arba pagalvojęs (-usi) apie galimą išsiskyrimą su jais, ar jausdavai nerimą, verkdavai, pykdavai arba niurzgėdavai?	0	1	2

*Jei nors į vieną A3 klausimo teiginių buvo atsakyta „Gerokai daugiau nei kiti“, tuomet pažymėkite Atskyrimo nerimą M1 sąrašė (p. 37) ir tęskite užduodami A4 klausimą. Kitais atvejais pereikite prie B skyriaus.*

A4 Ar tavo nerimas dėl išsiskyrimo trunka bent **4 ar daugiau savaitių**?

Ne	Taip
0	1

↓                      ↓  
B skyrius              A5

A5 Kiek tau buvo metų, kai atsirado išsiskyrimo nerimas?

--

metai

*(Jei nuo gimimo, įrašykite „0“)*

A6 Kiek tu dėl išsiskyrimo nerimo esi prislėgtas (-a) ar kenti?

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3

A7 Ar šis nerimas trukdo tau...

a) gerai sutarti su kitais šeimos nariais?

b) susirasti draugų ir išsaugoti draugystę?

c) mokytis ar dirbti klasėje?

d) žaisti, sportuoti, domėtis savo pomėgiu ar užsiimti kitais laisvalaikio užsiėmimais?

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3
0	1	2	3
0	1	2	3
0	1	2	3

A8 Ar šis nerimas apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3

## B skyrius. Specifinių dalykų ar situacijų baimės

Ši interviu dalis yra apie tam tikrus dalykus ar situacijas, kurių jauni žmonės dažnai bijo, net jeigu tai ir nekelia jiems pavojaus. Norėčiau sužinoti, ko tu bijai. Mane domina, kaip tau būna įprastai, dažniausiai, o ne retkarčiais pasitaikančiomis nesėkmių dienomis. Ši dalis neapima visų baimių – kai kurios aptariamose kitose interviu dalyse, pvz., socialinių situacijų (viešumos) baimė, baimė išsitepti, atskyrimo baimė, minios baimė ir kt.

		Ne	Šiek tiek	Labai
B1	Ar tu bijai kokių nors dalykų ar situacijų, išvardytų šiame sąraše:			
a)	<u>gyvūnų</u> : šunų, vorų, bičių ir vapsvų, pelių ir žiurkių, gyvačių ar kitokių gyvūnų, paukščių ar vabzdžių?	0	1	2
b)	<u>tam tikrų gamtos reiškinių</u> , pvz., audros, griaustinio, aukščio ar vandens?	0	1	2
c)	<u>tamsos</u> ?	0	1	2
d)	<u>stiprių garsų</u> , pvz., gaisrinės sirenos, fejerverkų?	0	1	2
e)	<u>kraujo, injekcijų, sužalojimų</u> : vengi žiūrėti į kraują ar sužalojimus, injekcijas ar kitas medicinos procedūras?	0	1	2
f)	<u>dantistų ar apskritai gydytojų</u> ?	0	1	2
g)	<u>vėmimo, dusulio ar tam tikrų ligų</u> , pvz., vėžio ar AIDS?	0	1	2
h)	<u>naudotis tam tikromis transporto priemonėmis</u> , pvz., mašinomis, autobusais, laivais, lėktuvais, traukiniais, požeminiais traukiniais, keltais?	0	1	2
i)	<u>mažų uždaru erdvių</u> , pvz., liftų, tunelių?	0	1	2
j)	<u>naudotis tualetu</u> , pvz., mokykloje ar svečiuose?	0	1	2
k)	<u>savitai atrodančių žmonių</u> , pvz., klounų, žmonių su barzdomis, šalmais, karnavaliniais drabužiais, apsirengusių kaip Kalėdų senelis	0	1	2
l)	<u>įsivaizduojamų ar antgamtinių būtybių</u> , pvz., pabaisų, vaiduoklių, ateivių iš kitų planetų, raganų?	0	1	2
m)	<u>kokių dar turi specifinių baimių?</u> (Apibūdink) .....			
	.....	0	1	2

*Jei į kurią nors B1 klausimo teiginį buvo atsakyta „Labai“, tuomet tęskite užduodami B2 klausimą. Visais kitais atvejais pereikite prie C skyriaus.*

		Ne	Galbūt	Tikrai taip
B2	Ar šios baimės sukelia tau ar dar kam nors rimtų nemalonumų?	0	1	2

*Jei B2 = „Tikrai taip“ arba jei SDQ Emocijų įvertis  $\geq 6$ , tuomet tęskite. Visais kitais atvejais pereikite prie C skyriaus.*

B3	Prieš kiek laiko ši baimė arba didžiausia iš visų turimų tavo baimių atsirado?	Mažiau nei prieš 1 mėnesį	Prieš 1–5 mėnesius	Prieš 6 ar daugiau mėnesių
		0	1	2

B4	Kai susiduri su tau baimę keliančiais dalykais arba kai pagalvoji apie galimą susidūrimą, ar susijaudini, sunerimsti?	Ne	Šiek tiek	Labai
		0	1	2

}
↓  
 B7
 B5

B5	Ar tu susijaudini ar sunerimsti kiekvieną kartą ar beveik kiekvieną kartą, kai susiduri su tau baimę keliančiais dalykais?	Ne	Taip
		0	1

B6	Kaip dažnai tavo baimės sukelia tau tokį nerimą?  <i>N.B. Jeigu tu bijai to, kas būna tik tam tikrą metų laiką (pvz., vapsvu), šis klausimas užduodamas būtent apie tą konkretų metų laiką.</i>	Retkarčiais	Keletą kartų per mėnesį	Keletą kartų per savaitę	Keletą kartų per dieną
		0	1	2	3

B7	Ar dėl savo baimių imi vengti tų dalykų, kurių bijai?	Ne	Šiek tiek	Labai
		0	1	2

}
↓  
 B9
 B8

B8	Ar šis vengimas trukdo tau kasdieniame gyvenime?	Ne	Šiek tiek	Labai
		0	1	2

B9	Ar <u>kiti žmonės</u> mano, kad tavo baimės yra pernelyg didelės arba nepagrįstos?	Ne	Galbūt	Tikrai taip
		0	1	2

B10	O ką tu apie tai manai? Ar <u>pats</u> manai, kad tavo baimės yra pernelyg didelės arba nepagrįstos?	0	1	2
-----	--	---	---	---

Jeigu B2 = „Tikrai taip“ arba B4 = „Labai“, arba B7 = „Labai“, tuomet pažymėkite Specifinę fobiją M1 sąraše (p. 37).

B11	Ar šios baimės apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimoms narius, draugus, mokytojus ir pan.)	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3

## C skyrius. Socialinių situacijų baimė

Norėčiau žinoti, ar tu, palyginti su kitais savo bendraamžiais, labai bijai įvairių socialinių (viešumos) situacijų. Mus domina, kaip tau būna įprastai, dažniausiai, o ne retkarčiais pasitaikančiomis nesėkmių dienomis ar dėl įprasto drovumo.

C1 Ar tu apskritai labai bijai ar vengi tokių socialinių situacijų, kuriose dalyvauja daug žmonių, kai reikia susitikti su nepažįstamais žmonėmis ar ką nors atlikti matant kitiems žmonėms?

Ne	Taip
0	1

*Jei C1 = „Taip“ arba jei SDQ Emocijų įvertis  $\geq 6$ , tuomet tęskite. Visais kitais atvejais pereikite prie D skyriaus.*

C2 Ar per **pastarąsias 4 savaites** tu ypač bijojai kurios nors iš šių situacijų:

- a) susitikti su naujais žmonėmis?
- b) susitikti su daug žmonių, pvz., dalyvauti vakarėlyje?
- c) valgyti kitų akivaizdoje?
- d) atsakinėti klasėje?
- e) garsiai skaityti matant kitiems žmonėms?
- f) rašyti matant kitiems žmonėms?

Ne	Šiek tiek	Labai
0	1	2
0	1	2
0	1	2
0	1	2
0	1	2
0	1	2

*Jei nė į vieną C2 klausimo teiginį nebuvo atsakyta „Labai“, tuomet pereikite prie D skyriaus.*

C3 Dauguma jaunų žmonių yra prisirišę prie keleto jiems svarbių suaugusiųjų ir jaučiasi saugiau, kai tie žmonės yra šalia. Kai kurie jauni žmonės bijo įvairių socialinių (viešumos) situacijų tik tuomet, kai šalia nėra jiems svarbių suaugusiųjų, o kai kurie – net ir tuomet, kai yra kartu su jiems svarbiais suaugusiaisiais.

Kuris iš šių dviejų atsakymų tau tinka?

Kai šalia yra tau svarbūs suaugusieji, tu gerai jautiesi įvairiose socialinėse (viešumos) situacijose	Net ir tuomet, kai šalia yra tau svarbūs suaugusieji, pasireiškia socialinės (viešumos) baimės
0	1

C4	Ar tu bijai tik suaugusiųjų, ar bijai ir tuomet, kai yra daug jaunų žmonių arba kai reikia susitikti su nepažįstamais bendraamžiais?	Tik suaugusiųjų	Tik vaikų / bendraamžių	Ir suaugusiųjų, ir vaikų / bendraamžių
		0	1	2

C5	Nebekalbant apie šias mūsų jau minėtas socialines (viešumos) situacijas, ar tu sugebi pakankamai gerai sutarti su pažįstamais bendraamžiais ir suaugusiaisiais?	Ne	Taip
		0	1

C6	Ar tu nemėgsti socialinių situacijų (viešumos) todėl, kad bijai ką nors padaryti ne taip arba bijai atskleisti savo trūkumus?	Ne	Galbūt	Tikrai taip
		0	1	2

C7 (Klauskite tik tuomet, jei C2 d = „Labai“ ar C2 e = „Labai“, ar C2 f = „Labai“)

Ar tu nemėgsti socialinių (viešumos) situacijų dėl tam tikrų kalbos, skaitymo ar rašymo problemų?

Ne	Galbūt	Tikrai taip
0	1	2

C8	Kiek laiko trunka ši tavo socialinių situacijų (viešumos) baimė?	Mažiau nei 1 mėnesį	1–5 mėnesius	6 mėnesius ar ilgiau
		0	1	2

C9 Kokio tu buvai amžiaus, kai atsirado ši socialinių (viešumos) situacijų baimė?

(Jei nuo gimimo, įrašykite „0“)

--

metai

C10	Kai patenki į tokią socialinę (viešumos) situaciją, kurios tu bijai, ar dažniausiai...	Ne	Taip
		0	1
		0	1
		0	1

a) parausti ar imi drebėti?

b) bijai, kad tave supykins (pradėsi vemti)?

c) skubiai leki į tualetą arba bijai, kad nesuspėsi?

C11 Kai patenki į tokią socialinę (viešumos) situaciją, kurios tu bijai, arba pagalvoji apie tai, jog gali į ją patekti, ar susijaudini arba pasimeti?

Ne	Šiek tiek	Labai
0	1	2
C13		↓ C12

C12 Kaip dažnai ši tavo socialinių situacijų baimė sukelia tau tokį nerimą?

Retkarčiais	Keletą kartų per mėnesį	Keletą kartų per savaitę	Keletą kartų per dieną
0	1	2	3

C13 Ar dėl šios savo baimės tu imi vengti socialinių situacijų, viešumos?

Ne	Šiek tiek	Labai
0	1	2
C15		↓ C14

C14 Ar šis vengimas trukdo tavo kasdieniam gyvenimui?

Ne	Šiek tiek	Labai
0	1	2

C15 Ar tu manai, jog ši tavo socialinių (viešumos) situacijų baimė yra pernelyg didelė arba nepagrįsta?

Ne	Galbūt	Tikrai taip
0	1	2
0	1	2

C16 Ar ši baimė tave slegia?

*Jei C11 = „Labai“ ar C13 = „Labai“, tuomet pažymėkite Socialinę fobiją M1 sunkumų sąraše (p. 37).*

C17 Ar ši tavo socialinių situacijų (viešumos) baimė apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3

## D skyrius. Panikos priepuoliai ir agorafobija

Daugelis jaunų žmonių kartais išgyvena laikotarpį, kai jaučia didelį nerimą arba ima kreipti dėmesį į nereikšmingas smulkmenas, tačiau kai kuriuos jaunos žmones staiga, visai netikėtai apima panika (stipri, netikėta baimė), nors atrodo, jog tam nebuvo jokios aiškios priežasties.

D1 Ar per **pastarąsias 4 savaites** tau pasireiškė panikos priepuolis, kai tave staiga, netikėtai apėmė panika, nors tam nebuvo nė menkiausios priežasties?

Ne	Taip
0	1

*Jei D1 = „Taip“, tuomet pažymėkite Paniką M1 sunkumų sąrašė (p. 37) ir tęskite užduodami D2 klausimą. Visais kitais atvejais pereikite prie D4 klausimo.*

- D2
- a) Ar tau panika prasideda labai staigiai?
- b) Ar panika pasiekia didžiausią lygį per keletą minučių (per mažiau nei 10 min.)?
- c) Ar panika trunka mažiausiai keletą minučių?

Ne	Taip
0	1
0	1
0	1

D3 Kai jautiesi apimtas (-a) panikos, ar tu taip pat jauti, jog ....

- a) tavo širdis smarkiai plaka, virpa arba atrodo, tuoj iššoks iš krūtinės?
- b) prakaituoja?
- c) drebi ar virpi?
- d) džiūva, tampa sausa tavo burna?
- e) sunku kvėpuoti ar trūksta oro?
- f) dūsti?
- g) skauda ar atsirado nemalonus jausmas krūtinėje?
- h) pykina (nori vemti) ar nevirškina skrandis?
- i) svaigsta ar sukasi galva, darosi silpna, bloga?
- j) tarsi daiktai aplinkui yra netikroviški ar tu pats (pati) jautiesi lyg būtum netikroviškas (-a), lyg būtų pakitęs tavo kūnas ir pan.?
- k) bijai, kad gali prarasti savikontrolę, išprotėti ar apalpti?
- l) bijai, kad gali numirti?
- m) darosi karšta ar šalta?
- n) jauti sustingimą, tirpimą ar dilgčiojimą kūne?

Ne	Taip
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1
0	1

D4	Ar per pastarąsias <b>4 savaites</b> labai bijojai ar stengeisi išvengti šių situacijų:	Ne (arba netinka klausimas)		Taip
		0	1	
		0	1	
		0	1	
		0	1	

*Jei nors į vieną D4 klausimo teiginį buvo atsakyta „Taip“, tuomet pažymėkite Agorafobiją M1 sunkumų sąraše (p. 37) ir tęskite užduodami D5 klausimą. Visais kitais atvejais žiūrėkite į D6 praleidimo taisyklę.*

D5	Ar ši baimė arba vengimas (D4 išvardytų situacijų) kyla dėl to, kad tu bijai, jog kilus panikos ar panašiam priepuoliui (pvz., prasidėjus galvos svaigimui ar viduriavimui) tau bus sunku pasitraukti į ramią vietą arba negalėsi gauti reikiamos pagalbos?	Ne	Taip
		0	1

*D6 Jei Panika arba Agorafobija buvo pažymėti M1 sunkumų sąraše (p. 37), tuomet tęskite. Visais kitais atvejais pereikite prie E skyriaus.*

Kiek panikos priepuoliai ir (arba) specifinių baimę keliančių situacijų vengimas tave slegia ar verčia sunerimti?	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
	0	1	2	3

D7	Ar šie panikos priepuoliai ir (arba) baimę keliančių situacijų vengimas trukdo tau...	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3
		0	1	2	3
		0	1	2	3
		0	1	2	3

D8	Ar panikos priepuoliai ir (arba) specifinių situacijų vengimas apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šėimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)?	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3

## E skyrius. Potrauminis stresas

Ši interviu dalis yra apie tokius įvykius ar situacijas, kurie sukelia ypač stiprų stresą, sukrečia ir sujaudina beveik kiekvieną (pvz., negalėjimas ištrūkti iš degančio namo, patirta prievarta ar autoavarija, užpuolimas, kai yra grasinama nušauti šeimos narius ar draugus, ir kt.).

E1 Ar per visą gyvenimą tau buvo kas nors panašaus nutikę?

Ne	Taip
0	1

Jei E1 = „Taip“, tuomet tęskite. Kitu atveju pereikite prie F skyriaus.

E2 Ar kada nors tu patyrei šiuos dalykus? (Naudokite kortelę)

	Ne	Taip
<u>Kokį nors nelaimingą įvykį ar katastrofą</u>		
a) sunkią ir baisią avariją, pvz., buvai partrenktas mašinos, patekai į didelę automobilių ar traukinių avariją ir pan.?	0	1
b) gaisrą, pvz., negalėjai ištrūkti iš degančio pastato?	0	1
c) kitą kokį siaubingą atsitikimą, pvz., buvai pagrobtas (-a), išgyvenai žemės drebėjimą, karą?	0	1
<u>Buvai smurto auka:</u>		
d) patyrei rimtą užpuolimą arba grėsmę, pvz., užpuolė plėšikas ar gatvės banditų gauja?	0	1
e) patyrei didelę fizinę prievartą, kurią iki šiol prisimeni?	0	1
<u>Buvai seksualinės prievartos auka:</u>		
f) patyrei seksualinį tvirkinimą?	0	1
g) patyrei žagimą, prievartavimą?	0	1
<u>Matei labai sukrečiančius dalykus:</u>		
h) matei prievartą namuose, pvz., smarkiai mušamą mamą?	0	1
i) matei šeimos nario ar draugo grėsmingą užpuolimą, pvz., artimą žmogų užpuolė gatvės banditų gauja?	0	1
j) matei staigią mirtį, savižudybę, svaigalų perdozavimą, rimtą nelaimingą atsitikimą, širdies priepuolį ir pan.?	0	1
<u>Kitus rimtus traumuojančius įvykius</u>		
k) patyrei kitus kokius nors rimtus traumuojančius įvykius? (Papasakok daugiau) .....	0	1
.....		

Jei nors į vieną E2 klausimo teiginį buvo atsakyta „Taip“, tuomet tęskite užduodami E3 klausimą. Visais kitais atvejais pereikite prie F skyriaus.

E3	Ar tuo metu patirti įvykiai tave labai sukrėtė ar kaip nors neigiamai paveikė?	Ne	Taip
		0	1

E3A	Ar patirtas (-i) įvykis (-iai) šiuo metu turi poveikį tavo elgesiui, jausmams ar dėmesio sukaupimui?	Ne	Taip
		0	1

↓                      ↓

Skyrius F              E4

E4	Ar per <b>pastarąsias 4 savaites</b> tu...	Ne	Šiek tiek / kartais	Labai / dažnai
a)	pakartotinai išgyvenai patirtą sukrečiantį įvykį, viską labai gyvai prisimindamas?	0	1	2
b)	sapnavai pasikartojančius baisius sapnus apie tą įvykį?	0	1	2
c)	susijaudindavai, jei koks nors atsitikimas sukeldavo prisiminimus apie patirtą įvykį?	0	1	2
d)	stengeisi vengti galvoti ar kalbėti apie bet kokius su šiuo patirtu įvykiu susijusius dalykus?	0	1	2
e)	stengeisi vengti veiklų, vietų ar žmonių, kurie tau primintų patirtą sukrečiantį įvykį?	0	1	2
f)	ištrynei iš atminties svarbias to įvykio detales?	0	1	2
g)	ėmei gerokai mažiau domėtis savo mėgstama veikla?	0	1	2
h)	jauteisi atskirtas (-a) arba nutolęs (-usi) nuo kitų?	0	1	2
i)	išblėso tavo jausmai, pvz., nebesugebėjai išreikšti šiltų, meilių jausmų?	0	1	2
j)	jauteisi mažiau užtikrintas (-a) ateitimi?	0	1	2
k)	sutriko tavo miegas?	0	1	2
l)	buvai dirglus (-i) ar suirzęs (-usi)?	0	1	2
m)	sunkiai susikaupdavai?	0	1	2
n)	buvai visuomet budrus (-i) dėl grėšiančių pavojų?	0	1	2
o)	krūpčiojai išgirdęs menkiausius garsus ar kaip kitaip greitai išsigąsdavai?	0	1	2

*Jei nors į vieną E4 klausimo teiginį buvo atsakyta „Labai / Dažnai“, tuomet pažymėkite Potrauminio streso sutrikimą M1 sunkumų sąrašė (p. 37) ir tęskite užduodami E5 klausimą. Visais kitais atvejais pereikite prie F skyriaus.*

E5	Tu papasakojai man apie ... ( <i>pakartokite simptomus</i> ). Kada po patirto sukrečiančio įvykio atsirado dar ir šie sunkumai?	Per 6 mėnesius po įvykio	Praėjus daugiau kaip 6 mėnesiams po įvykio
		0	1

  

E6	Kiek laiko trunka šie tavo sunkumai?	Mažiau nei 1 mėnesį	1 ar 2 mėnesius	3 ar daugiau mėnesių
		0	1	2

  

E7	Kiek dėl patirto (-ų) sukrečiančio (-ių) įvykio (-ių) atsiradę sunkumai tave slegia ir kelia nerimą?	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3

  

E8	Ar šie sunkumai trukdo tau...	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
a)	gerai sutarti su kitais šeimos nariais?	0	1	2	3
b)	susirasti draugų ir išsaugoti draugystę?	0	1	2	3
c)	mokytis ar dirbti klasėje?	0	1	2	3
d)	žaisti, sportuoti, domėtis savo pomėgiu ar užsiimti kitais laisvalaikio užsiėmimais?	0	1	2	3

  

E9	Ar šie sunkumai apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)?	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3

## F skyrius. Kompulsijos ir obsesijos

Daugelis jaunų žmonių laikosi tam tikrų ritualų ar turi prietarų, pvz., neiti per kelią, kurį perbėgo juoda katė, atlikti specialų ėjimo miegoti ritualą, egzaminų metu vilkėti sėkmę nešančius drabužius, turėti sėkmę nešantį talismaną per mokyklos sporto varžybas. Jauniems žmonėms būdinga tam tikrais laikotarpiais būti tarsi apsėstiems įkyraus domėjimosi koku nors vienu dalyku ar veikla, pvz., mašinomis, popmuzikos grupe, futbolo komanda. Norėčiau žinoti, ar tau būdingi ir kiti ritualai ar įkyrumai, kurių dar nepaminėjau.

F1 Ar tu turi įkyrumų ar ritualų, kurie tau kelia nerimą, užima daug laiko ar trukdo kasdiniame gyvenime?

Ne	Taip
0	1

Jei F1 = „Taip“ ar SDQ Emocijų įvertis  $\geq 6$ , tuomet tęskite. Visais kitais atvejais pereikite prie G skyriaus.

F2 Ar per **pastarąsias 4 savaites** tu atlikdavai kuri nors iš šių ritualų (nuolat be perstojo darei ką nors iš šių išvardytų dalykų, nors juos jau buvo padaręs (-usi) arba iš viso neturėjai jų daryti)?

	Ne	Šiek tiek	Labai
a) perdėtas švarinimasis: rankų plovimas, maudymasis vonioje, po dušu, dantų valymas ir kt.?	0	1	2
b) ėmimasis kitų specialių priemonių, kad išvengtum purvo, mikrobu?	0	1	2
c) besaikis tikrinimas: elektros jungiklių, dujų čiaupų, užraktų, durų, orkaitės, krosnies?	0	1	2
d) nereikalingas tų pačių veiksmų kartojimas keletą kartų iš eilės, pvz., pakartotinis atsistojimas ir atsisėdimas, vaikščiojimas pirmyn ir atgal tarpduryje?	0	1	2
e) savotiškas daiktų ar žmonių lietimasis?	0	1	2
f) daiktų dėliojimas tam tikra tvarka arba labai simetriškai?	0	1	2
g) skaičiavimas iki tam tikrų laimingų skaičių arba nelaimingų skaičių vengimas?	0	1	2

F3	Ar per <b>pastarąsias 4 savaites</b> tu įkyriai nerimavai dėl purvo, mikrobu ar užsikrėtimo, negalėdamas (-a) nustoti galvoti apie tai?	Ne	Šiek tiek	Labai
		0	1	2

*Jei nors į vieną F2 klausimo teiginį ar F3 klausimą buvo atsakyta „Labai“, tuomet pažymėkite Obsesijas ir Kompulsijas M1 sunkumų sąrašė (p. 37).*

F4	Ar per <b>pastarąsias 4 savaites</b> tu buvai apimtas įkyrios nerimastingos minties, kad gali atsitikti kas nors baisaus tau ar aplinkiniams, pvz., liga, avarija, gaisras?	Ne	Šiek tiek	Labai
		0	1	2

F6	Ar ši įkyri mintis, jog kas nors baisaus gali atsitikti tau ar aplinkiniams, yra susijusi su nerimu dėl išsiskyrimo su artimais žmonėmis, ar tai yra atskira problema?	Dalis išsiskyrimo nerimo	Atskira problema
		0	1

*Jei F6 = „Atskira problema“, tuomet pažymėkite Obsesijas ir Kompulsijas M1 sunkumų sąrašė (p. 37).*

*F7 Jei Obsesijos ir Kompulsijos yra pažymėtos M1 sunkumų sąrašė, tuomet tęskite. Kitu atveju pereikite prie G skyriaus.*

Ar per <b>pastarąsias 2 savaites</b> tavo ritualai ir įkyrumai pasireiškė daugumą dienų?	Ne	Taip
	0	1

F8	Ar supranti, kad tavo ritualai ir įkyrumai yra pernelyg dideli arba nepagrįsti?	Ne	Galbūt	Tikrai taip
		0	1	2

F9	Ar stengiesi atsispirti savo ritualams ar įkyrumams, jų nedaryti ar apie juos negalvoti?	Ne	Galbūt	Tikrai taip
		0	1	2

F10	Ar tu nerimauji dėl šių ritualų ar įkyrumų?	Man tai nei patinka, nei kelia nerimą	Trupučių nerimauju dėl to	Labai nerimauju dėl to	
		Ne, tai man patinka			
		0	1	2	3

F11	Ar šie tavo ritualai ar įkyrumai trunka vidutiniškai ne mažiau kaip valandą per dieną?	Ne	Taip
		0	1

F12	Ar šie ritualai ar įkyrumai trukdo tau ...	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3
a)	gerai sutarti su kitais šeimos nariais?	0	1	2	3
b)	susirasti draugų ir išsaugoti draugystę?	0	1	2	3
c)	mokytis ar dirbti klasėje?	0	1	2	3
d)	žaisti, sportuoti, domėtis savo pomėgiu ar užsiimti kitais laisvalaikio užsiėmimais?	0	1	2	3

F13	Ar šie ritualai ar įkyrumai apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)?	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3

## G skyrius. Generalizuotas nerimas

Ši pokalbio dalis yra apie nerimą

G2 Ar tu kada nors nerimauji?

Ne	Taip
0	1
↓	↓
H skyrius	Tęskite

G2A Vieni jauni žmonės nerimauja tik dėl keleto dalykų, kurie kartais yra susiję su specifinėmis (konkrečiomis) baimėmis, įkyrumais ar išsiskyrimo nerimu. Kiti jauni žmonės nerimauja dėl daugelio įvairių jų gyvenimo dalykų. Juos gali kankinti specifinės (konkrečios) baimės, įkyrumai ar išsiskyrimo nerimas, bet kartu jie gali jaudintis ir dėl daugelio kitų dalykų.

Ar tu apskritai esi nerimastingas?

Ne, aš turiu tik keletą specifinių (konkrečių) baimių	Taip, aš esu nerimastingas (-a)
0	1
↓	↓
<i>Tęskite tik jei SDQ Emocijų įvertis <math>\geq 6</math></i>	<i>Tęskite</i>

G3 Ar per **pastaruosius 6 mėnesius** tu tiek daug nerimavai dėl pačių įvairiausių dalykų, kad tai tikrai tave vargino ar trukdė kasdieniam gyvenimui?

Ne	Galbūt	Tikrai taip
0	1	2

*Jeigu G3 = „Galbūt“ ar G3 = „Tikrai taip“, ar SDQ Emocijų įvertis  $\geq 6$ , tuomet tęskite. Visais kitais atvejais pereikite prie H skyriaus.*

G4	Prisimindamas <b>pastaruosius 6 mėnesius</b> ir lygindamas save su kitais bendraamžiais pasakyk, ar tu nerimavai dėl ...	Ne daugiau nei kiti	Truputį daugiau nei kiti	Gerokai daugiau nei kiti
a)	<u>savo elgesio</u> : ar aš negerai padariau? ar aš ką nors nuliūdinau? ar jie man atleido?	0	1	2
b)	<u>mokslų, namų darbų ar egzaminų?</u>	0	1	2
c)	<u>nelaimingų atsitikimų</u> : vagysčių, plėšikų, gaisrų, sproginimų ir kt.	0	1	2
d)	<u>savo sveikatos ?</u>	0	1	2
e)	<u>kitiems atsitinkančių blogų dalykų</u> : šeimos nariams, draugams, gyvūnams, pasauliui (pvz., karo)?	0	1	2
f)	<u>ateities</u> : mokyklos pakeitimo, persikraustymo gyventi kitur, įsidarbinimo, merginos susiradimo?	0	1	2
g)	<u>draugų susiradimo ir draugystės išsaugojimo?</u>	0	1	2
h)	<u>mirties ir mirimo?</u>	0	1	2
i)	<u>užkabinėjimo ir erzینimo?</u>	0	1	2
j)	<u>savo išvaizdos ar svorio?</u>	0	1	2
k)	<u>kitas specifinis (konkretus) nerimas</u> ( <i>Apibūdink</i> )..... .....	0	1	2

*Jeigu du ar daugiau atsakymų yra „Gerokai daugiau nei kiti“, tuomet tęskite. Kitu atveju pereikite prie H skyriaus.*

G6	Ar per <b>pastaruosius 6 mėnesius</b> stipraus nerimo dienų buvo daugiau nei dienų be nerimo?	Ne	Taip
		0	1

G7	Ar tau sunku suvaldyti, kontroliuoti savo nerimą?	Ne	Taip
		0	1

*Jeigu G6 = „Taip“ ar G7 = „Taip“, tuomet pažymėkite GERALIZUOTĄ nerimą M1 sunkumų sąraše (p. 37) ir tęskite užduodami G8 klausimą. Visais kitais atvejais pereikite prie H skyriaus.*

G8 *Jei į kuri nors iš šių klausimų bus atsakoma „Taip“, tuomet paklauskite „Ar per pastaruosius 6 mėnesius tokių nerimo dienų buvo daugiau nei dienų be nerimo?“ Pažymėkite atsakymą antrame stulpelyje.*

	<i>Apskritai</i>			<i>Per pastaruosius 6 mėnesius nerimo dienų buvo dauguma</i>	
	Ne	Taip		Ne	Taip
a) Ar dėl nerimo jautei nuovargį, buvai nenustygstantis (-i), įsitempęs (-i), susirūpinęs (-usi) ar negalėjai atsipalaiduoti?	0	1	→	0	1
b) Ar dėl nerimo greičiau pavargdavai ar išsekdavai?	0	1	→	0	1
c) Ar dėl nerimo tau buvo sunku sukaupti dėmesį, galva būdavo lyg tuščia?	0	1	→	0	1
d) Ar dėl nerimo būdavai irzlus (-i)?	0	1	→	0	1
e) Ar dėl nerimo jausdavai įtampą visame kūne?	0	1	→	0	1
f) Ar nerimas trikdė miegą, pvz., buvo sunku užmigti, miegoti, jausdavaisi neišsimiegojęs (-usi), nepailsėjęs (-usi)?	0	1	→	0	1

G9 Kiek dėl savo nerimo tu esi prislėgtas (-a) ar kenti?

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3

G10 Ar nerimas trukdo tau...

a) gerai sutarti su kitais šeimos nariais?

b) susirasti draugų ir išsaugoti draugystę?

c) mokytis ar dirbti klasėje?

d) žaisti, sportuoti, domėtis savo pomėgiu ar užsiimti kitais laisvalaikio užsiėmimais?

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3
0	1	2	3
0	1	2	3
0	1	2	3

G11 Ar šis nerimas apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)?

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3

## H skyrius. Depresija

Ši interviu dalis yra apie tavo nuotaiką.

H1 Ar per **pastarąsias 4 savaites** buvo tokių momentų, kai tu jautėsi labai liūdnas (-a), nelaimingas (-a), tau buvo gaila savęs ar norėjosi verksti?

Ne	Taip
0	1
↓	↓
H7	H2

H2 Ar per **pastarąsias 4 savaites** buvo toks laikotarpis, kai tu iš tiesų jautėsi labai nelaimingas (-a) beveik kiekvieną dieną?

Ne	Taip
0	1

H3 Tuo laikotarpiu, kai tu jautėsi labai nelaimingas (-a), ar taip būdavo didžiąją dienos dalį? (t.y. daugiau laiko buvai nelaimingas (-a) nei laimingas (-a)).

Ne	Taip
0	1

H4 Kai jautėsi labai nelaimingas (-a), ar buvo įmanoma tave pralinksminti?

Taip, lengvai	Sunkiai / tik trumpam	Visiškai ne
0	1	2

H5 Per **pastarąsias 4 savaites** laikotarpis, kai jautėsi tikrai labai nelaimingas (-a), truko:

Mažiau nei 2 savaites	2 savaites ir daugiau
0	1

*Jei H1 = „Taip“ ir H2 = „Taip“, ir H3 = „Taip“, tuomet pažymėkite Depresiją M1 sunkumų sąraše (p. 37).*

H7 Ar per **pastarąsias 4 savaites** buvo tokių laikotarpių, kai tu buvai piktas (-a) ar irzlus (-i), nors tau tai nėra būdinga?

Ne	Taip
0	1
↓	↓
H13	H8

H8 Ar per **pastarąsias 4 savaites** buvo toks laikotarpis, kai buvai labai piktas (-a) ar irzlus (-i) beveik kiekvieną dieną?

Ne	Taip
0	1

H9 Tuo laikotarpiu, kai tu buvai labai piktas (-a) ar irzlus (-i), ar tu toks (-ia) būdavai didžiąją dienos dalį? (t. y. daugiau laiko buvai piktas (-a) ar irzlus (-i), nei toks (-ia) nebuvai)

Ne	Taip
0	1

H10 Ar tavo irzlumą sumažindavo kokia nors veikla, pvz., ėjimas pas draugus ar draugų atėjimas, ar dar kas nors kita?

Taip, lengvai	Sunkiai / tik trumpam	Visiškai ne
0	1	2

H11 Per **pastarąsias 4 savaites** laikotarpis, kai tu buvai labai irzlus (-i), truko:

Mažiau nei 2 savaites	2 savaites ir daugiau
0	1

*Jei H7 = „Taip“ ir H8 = „Taip“, ir H9 = „Taip“, tuomet pažymėkite Irzlumą M1 sunkumu sąraše (p.37).*

H13 Ar per **pastarąsias 4 savaites** buvo atsitikę taip, kad buvai praradęs (-usi) susidomėjimą viskuo arba beveik viskuo, ką paprastai mėgsti daryti?

Ne	Taip
0	1
↓	↓
<i>Praleidimo taisyklė prieš H18</i>	H14

H14 Ar per **pastarąsias 4 savaites** buvo toks laikotarpis, kai tu beveik kiekvieną dieną nieko nenorėjai veikti?

Ne	Taip
0	1

H15 Tuo laikotarpiu, kai buvai praradęs domėjimąsi viskuo, ar toks (-ia) buvai didžiąją dienos dalį (t. y. daugiau valandų niekuo nesidomėjai, nei domėjaisi)?

Ne	Taip
0	1

H16 Per **pastarąsias 4 savaites** šis visiškas nesidomėjimas truko:

Mažiau nei 2 savaites	2 savaites ir daugiau
0	1

H17 *Jei M1 sunkumų sąraše pažymėjote Depresiją ar Irzlumą, tuomet klauskite:*

Ar šis tavo nesidomėjimas niekuo sutapo su laikotarpiu, kai tu didžiąją laiko dalį iš tikrųjų buvai labai nelaimingas (-a) ar suirzęs (-usi)?

Ne	Taip
0	1

*Jei H13 = „Taip“ ir H14 = „Taip“, tuomet pažymėkite Susidomėjimo praradimą M1 sunkumų sąraše (p. 37).*

H18 *Jeį pažymėjote Depresiją ar Irzlumą, ar Susidomėjimo praradimą M1 sunkumų sąrašę (p. 37), tuomet tęskite. Kitais atvejais užduokite H22 klausimą.*

Per tą laikotarpį, kai tu buvai liūdnas (-a), suirzęs (-usi) ar praradęs (-usi) domėjimąsi...		Ne	Taip
a)	ar tau trūko energijos ir visą laiką jauteisi pavargęs (-usi)?	0	1
b)	ar valgei gerokai daugiau arba gerokai mažiau nei įprastai?	0	1
c)	ar numetei arba priaugai daug svorio?	0	1
d)	ar tau buvo sunku užmigti ar miegoti ramiai, be prabudimų?	0	1
e)	ar per daug miegojai?	0	1
f)	ar buvai labai susijaudinęs (-usi) arba nenustygstantis (-i) didžiąją laiko dalį?	0	1
g)	ar jauteisi nieko vertas (-a) ar nepagrįstai kaltas (-a) didžiąją dienos dalį?	0	1
h)	ar buvo sunkiau nei įprastai susikaupti ar mąstyti?	0	1
i)	ar daug galvojai apie mirtį?	0	1
j)	ar kalbėjai apie savęs žalojimą arba savižudybę?	0	1
k)	ar bandei sau pakenkti arba nusižudyti?	0	1

H18L Ar per visą savo gyvenimą kada nors bandei save žaloti arba nusižudyti?		Ne	Taip
		0	1

H19 Kiek tavo liūdesys, irzlumas ar domėjimosi praradimas tave slegia ar neramina?		Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3

H20	Ar tavo liūdesys, irzlumas ar domėjimosi praradimas trukdo tau...				
		Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
a)	gerai sutarti su kitais šeimos nariais?	0	1	2	3
b)	susirasti draugų ir išsaugoti draugystę?	0	1	2	3
c)	mokytis ar dirbti klasėje?	0	1	2	3
d)	žaisti, sportuoti, domėtis savo pomėgiu ar užsiimti kitais laisvalaikio užsiėmimais?	0	1	2	3

H21	Ar tavo liūdesys, irzlumas ar domėjimosi praradimas apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)?				
		Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3

Dabar pereikite prie J skyriaus.

**Neužduokite H22–H24 klausimų, jeigu jau uždavėte H18 klausimus nuo i iki l.**

### Tyčinis savęs žalojimas

		Ne	Taip
H22	Ar per <b>pastarąsias 4 savaites</b> galvojai apie tyčinį savęs sužalojimą ar skausmo sukėlimą sau?	0	1
H23	Ar per <b>pastarąsias 4 savaites</b> bandei save sužaloti ar sukelti sau skausmą?	0	1
H24	Ar kada nors gyvenime tu esi bandęs (-iusi) save sužaloti ar sukelti sau skausmą?	0	1

Jei H22 = „Taip“ ar H23 = „Taip“, ar H24 = „Taip“, tuomet pažymėkite Tyčinį savęs žalojimą M1 sunkumų sąrašė (p. 37).

## J skyrius. Dėmesys ir aktyvumas

Ši mūsų pokalbio dalis yra apie dėmesį ir aktyvumą.

J1		Ne	Šiek tiek	Labai
a)	Ar mokytojai skundžiasi dėl pernelyg didelio tavo aktyvumo ar nedėmesingumo?	0	1	2
b)	Ar tavo šeimos nariai skundžiasi dėl pernelyg didelio tavo aktyvumo ar nedėmesingumo?	0	1	2
c)	Ką tu pats galvoji? Ar manai, kad turi rimtų sunkumų dėl pernelyg didelio aktyvumo ar nedėmesingumo?	0	1	2

*Jei J1a=„Labai“ arba J1b=„Labai“, arba J1c =„Labai“, pažymėkite Hiperaktyvumą M1 sunkumų sąraše (p. 37).*

## K skyrius. Neklusnus ir rūpesčių keliantis elgesys

Ši interviu dalis yra apie elgesį, kuris kartais jauniems žmonėms sukelia rūpesčių bendraujant su tėvais, mokytojais ar kitais suaugusiaisiais.

	Ne	Šiek tiek	Labai
K1 Ar tavo mokytojai skundžiasi dėl neklusnaus arba rūpesčių keliančio tavo elgesio?	0	1	2
K2 Ar tavo šeimos nariai skundžiasi dėl neklusnaus arba rūpesčių keliančio tavo elgesio?	0	1	2
K3 Ar tu pats manai, kad esi neklusnus arba tavo elgesys kelia rūpesčių?	0	1	2

K4 Dabar klausinėsiu apie dalykus, kuriuos galbūt esi daręs (-iusi) per **pastaruosius 12 mėnesių**.

*Jei į kurią nors klausimo teiginį buvo atsakyta „Tikrai taip”, tuomet klauskite „Ar tai vyko per pastaruosius 6 mėnesius?“ ir pažymėkite atsakymą antrame stulpelyje.*

Ar per paskutinius 12 mėnesių...	Per pastaruosius 12 mėnesių			→	Per pastaruosius 6 mėnesius	
	Ne	Galbūt	Tikrai taip		Ne	Taip
a) tu dažnai meluodavai, kad gautum iš kitų kokių nors daiktų ar turėtum naudos arba išsisuktum nuo to, ką privalėtum padaryti?	0	1	2	→	0	1
b) dažnai pradėdavai peštynes, muštynes? (Kitas nei su broliais ar seserimis)	0	1	2	→	0	1
c) dažnai ieškodavai priekabių ar grasindavai žmonėms?	0	1	2	→	0	1
d) dažnai pasilikdavai lauke sutemus daug ilgiau, nei buvo tartasi?	0	1	2	→	0	1
e) pavogei ką nors iš savo ar kitų žmonių namų, parduotuvių ar mokyklos? (Šis klausimas ne apie labai smulkias vagystes, tokias kaip brolio pieštuko ar maisto iš šaldytuvo paėmimas)	0	1	2	→	0	1
f) daugiau nei vieną kartą buvai pabėgęs (-usi) iš namų ar negrįžęs (-usi) visą naktį be leidimo?	0	1	2	→	0	1
g) dažnai praleisdavai pamokas ar pabėgdavai iš mokyklos?	0	1	2	→	0	1

*Jei į kurią nors K4 klausimo teiginį buvo atsakyta „Tikrai taip”, tuomet pažymėkite Sunkų elgesį M1 sunkumų sąraše (p.37).*

K5 *Jei vaikui 13 ar daugiau metų, ir jis (ji) tikrai praleisdavo pamokų per pastaruosius metus, užduokite šį klausimą. Kitu atveju pereikite prie K6 klausimo.*

Ar tu pradėjai praleidinėti pamokas ar bėgti iš mokyklos būdamas (-a) jaunesnis nei 13 metų?

Ne	Taip
0	1

K6 *Tęskite tik tuomet, jei ką tik pažymėjote Sunkų elgesį M1 sunkumų sąraše (p. 37) arba jei SDQ Elgesio įvertis yra  $\geq 4$ . Visais kitais atvejais pereikite prie P skyriaus.*

Norėčiau paklausti apie sunkesnę egesį, kuris kartais pridaro bėdų. Aš turiu užduoti šiuos klausimus visiems, kuriuos apklausiu, net jeigu tie klausimai tau ir netinka.

*Jei nors į vieną iš šių klausimų bus atsakoma „Taip“, tuomet klauskite „Ar tai nutiko per pastaruosius 6 mėnesius?“ ir pažymėkite atsakymą antrame stulpelyje.*

	<i>Per pastaruosius 12 mėnesių</i>			<i>Per pastaruosius 6 mėnesius</i>	
	Ne	Taip		Ne	Taip
	Ar kas nors iš čia paminėtų dalykų yra tau nutikę nors kartą per <b>pastaruosius 12 mėnesių</b> ?				
a)	Ar naudojaisi ginklu arba kokiu nors kitu daiktu, kuriuo galėjai ką nors rimtai sužaloti (pvz., lazda, plyta, sudaužytu buteliu, peiliu)?		→	0 1	
b)	Ar ką nors rimtai sužeidei ar fiziškai žiauriai nuskriaudei (pvz., surišai, pjaustei ar deginai)?		→	0 1	
c)	Ar tu tyčia žiauriai elgeisi su gyvūnais ar paukščiais?		→	0 1	
d)	Ar tyčia ką nors padegei? (Žymėkite teigiamą atsakymą tik tuomet, jei buvo ketinta padaryti didelę žalą. Šis klausimas nėra apie stovyklos laužų kūrenimą, degtukų ar popieriaus deginimą)		→	0 1	
e)	Ar tyčia gadinai kieno nors nuosavybę? (Šis klausimas ne apie padegimus ar labai smulkius negerus poelgius, pvz., sesers piešinio sugadinimą, o apie tokį elgesį kaip automobilių langų daužymas ar vandalizmas mokykloje)		→	0 1	
f)	Ar buvai įtrauktas į vagystes gatvėse, pvz., atėmęs rankinę ar užpuolęs apiplėšimo tikslu?		→	0 1	
g)	Ar mėginai jėga priversti ką nors lytiškai su tavim santykiauti?		→	0 1	
h)	Ar įsilaužei į butą, kokį nors kitą pastatą ar mašiną?		→	0 1	

*Jei nors į vieną iš K6 klausimo teiginių buvo atsakyta „Taip“, tuomet pažymėkite Sunkų elgesį M1 sunkumų sąraše (p. 37).*

K7A	Ar tavo sunkus elgesys trunka <b>mažiausiai 6 pastaruosius mėnesius?</b>	Ne	Taip
		0	1

K7	Ar kada nors turėjai nemalonumų su policija? ( <i>Papasakok apie tai</i> )	Ne	Taip
		0	1
.....			
.....			

*Jeigu K7=„Taip“, pažymėkite Nemalonumus su policija M1 sunkumų sąrašė (p. 37).*

*K8 Jei M1 sunkumų sąrašė (p.37) pažymėjote Sunkų elgesį arba Nemalonumus su policija, tuomet tęskite. Kitu atveju pereikite prie P skyriaus.*

Ar sunkus ir bėdų pridarantis elgesys trukdo tau...		Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
a)	gerai sutarti su kitais šeimos nariais?	0	1	2	3
b)	susirasti draugų ir išsaugoti draugystę?	0	1	2	3
c)	mokytis ar dirbti klasėje?	0	1	2	3
d)	žaisti, sportuoti, domėtis savo pomėgiu ar užsiimti kitais laisvalaikio užsiėmimais?	0	1	2	3

K9	Ar sunkus ir bėdų pridarantis elgesys apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)?	Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
		0	1	2	3

## P skyrius. Dietos laikymasis, svoris ir kūno formos

P1		Ne	Taip
a)	Ar kada nors manei, kad esi storas (-a), net jei kiti žmonės sakė, kad tu esi <i>labai</i> plonas (-a)?	0	1
b)	Ar tau būtų gėda, jei kiti žmonės sužinotų, kiek tu valgai?	0	1
c)	Ar kada nors mėginai tyčia sukelti sau vėmimą?	0	1
d)	Ar rūpinimasis valgymu (ką? kur? kiek?) iš tikrųjų trukdo tau gyvenime?	0	1
e)	Jei suvalgai per daug, ar save dėl to labai kaltini?	0	1

*Jeigu du ar daugiau P1 klausimo teiginių buvo atsakyta „Taip“, tęskite. Kitais atvejais pereikite prie Q skyriaus.*

### Kūno matmenys

P2a	Koks tavo ūgis? (apytiksliai)	<input type="text"/>	cm
P2b	Koks tavo dabartinis svoris? (apytiksliai)	<input type="text"/>	kg
P2c	Koks buvo tavo mažiausias svoris per pastaruosius 12 mėnesių?	<input type="text"/>	kg
P2d	Koks kada nors buvo didžiausias tavo svoris? (išskyrus nėštumą)	<input type="text"/>	kg

P3 Ar šiuo metu tu apibūdintum save kaip liesą, ploną, vidutinį (-ę), apkūnų (-ią) ar storą

Liesas (-a)	Plonas (-a)	Vidutinis (-ė)	Apkūnus (-i)	Storas (-a)
0	1	2	3	4

P4 Kaip šiuo metu tave apibūdintų kiti žmonės, pavyzdžiui, tavo draugai ar šeimos nariai, – kaip liesą, ploną, vidutinį (-ę), apkūnų (-ią) ar storą?

Liesas (-a)	Plonas (-a)	Vidutinis (-ė)	Apkūnus (-i)	Storas (-a)
0	1	2	3	4

↓

↓

P5

Užduokite P6 klausimą

P5 Lygindami, koks (-ia) tu esi šiais metais, su tuo, koks (-ia) buvai ankstesniais metais, ką kiti žmonės pasakytų: ar kad tu ankstesniais metais buvai plonesnis (-ė), visuomet tokio plonumo, truputį plonesnis (-ė) ar gerokai plonesnis (-ė) šiais metais nei ankstesniais metais?

Plonesnis (-ė) ankstesniais metais	Visada tokio plonumo	Truputį plonesnis (-ė) šiais metais nei ankstesniais metais	Daug plonesnis (-ė) šiais metais nei ankstesniais metais
0	1	2	3

Jei P3 = „Liesas (-a)“ ar P4 = „Liesas (-a)“, tuomet pažymėkite „Liesas (-a)“ M1 sunkumų sąrašė (p. 37).

P6 Ar kiti žmonės – tavo šeimos nariai, draugai, gydytojai – buvo rimtai sunerimę dėl to, kad tavo svoris kenkia fizinei sveikatai?

Ne	Taip
0	1

P7 Ką tu apie tai manai? Ar tavo svoris kenkia fizinei sveikatai?

Ne	Taip
0	1

P8 Ar bijai priaugti svorio ar sustorėti?

Ne	Šiek tiek	Labai
0	1	2

P10

P9

P9 Ar iš tikrųjų mintis apie svorio priaugimą ar sustorėjimą tau kelia siaubą?

Ne	Taip
0	1

P10 Jei gydytojas tau pasakytų, kad reikia priaugti 2 kilogramus svorio sveikatos labui, ar tau būtų lengva, sunku ar neįmanoma tai padaryti?  
(Jei vaikas turi somatinių problemų, kurios neleidžia jam/jai priaugti svorio, klausimas yra, ar jis/ji nori pabandyti, o ne ar jam/jai gali pasisekti.)

Lengva	Sunku	Neįmanoma
0	1	2

P11 Ar vengi tokio maisto, nuo kurio, tavo nuomone, gali sustorėti?

Ne	Šiek tiek	Labai
0	1	2

P12 Kaip dažnai tau pasiseka išvengti maisto, nuo kurio, tavo nuomone, gali sustorėti?

Niekada	Kartais	Dažniausiai	Visada
0	1	2	3

P13 Ar daug laiko tu praleidi galvodamas (-a) apie maistą?

Ne	Taip
0	1

P14 Kartais sakoma, kad noras valgyti yra toks stiprus ir jam taip sunku atsispirti, kad tai primena priklausomybę nuo alkoholio ar narkotikų.

Ar tau tai tinka?

Ne	Šiek tiek	Labai
0	1	2

Jei P9 = „Taip“ ar P10 = „Neįmanoma“, ar P14 = „Labai“, tuomet pažymėkite „Perdėtas rūpinimasis svoriu ir maistu“ M1 sunkumų sąrašė (p. 37).

P15 Yra žmonių, kurie praranda saiką ir per trumpą laiką suvalgo labai didelį maisto kiekį. Pavyzdžiui, atidarę šaldytuvą jie gali suvalgyti viską, ką randa, – valgyti ir valgyti, kol fiziškai pasidaro bloga. Tai dažniausiai atsitinka, kai niekas nemato.

Ar tau taip nutinka?

Ne	Taip
0	1

*Pažymėkite „Kontrolės praradimas“ M1 sunkumų sąrašė (p. 37) ir tęskite užduodami P16*

P16 Kaip dažnai tai atsitikdavo per pastaruosius 3 mėnesius?

Neatsitikdavo	Retkarčiais	Maždaug kartą per savaitę	Du kartus per savaitę ar dažniau
0	1	2	3

P17 Kai taip atsitinka, ar jautiesi praradęs (-usi) valgymo kontrolę?

Ne	Taip
0	1

P17a) Prašyčiau apibūdinti, kiek paprastai tu suvalgai per vieną tokių persivalgymo/prisikimšimo atvejį:

.....

.....

.....

P18 Ar per pastaruosius 3 mėnesius ką nors darei, kad nepriaugtum svorio:

*(Jei „Ne“, paklauskite, ar vaikas mėgino ką nors daryti, bet jam/jai buvo neleidžiama)*

- a) mažiau valgei?
- b) praleisdavai valgymo laiką, valgymus?
- c) vaikšciojai nevalgęs (-ius) ilgą laiką, pvz., visą dieną ar didesnę dienos dalį?
- d) paslėpdavai ar išmesdavai tau duodamą maistą?
- e) daugiau mankštinaisi?
- f) sukeldavai sau vėmimą?
- g) vartojai vidurių laisvinamuosius vaistus, kad numestum svorio?
- h) darei kitus dalykus (pvz., nesileidai insulino, nors sergi diabetu)? Prašyčiau apibūdinti: .....
- .....

	Mėginau, bet man nebuvo leidžiama			
	Ne	Kartais	Dažnai	
a)	0	1	2	3
b)	0	1	2	3
c)	0	1	2	3
d)	0	1	2	3
e)	0	1	2	3
f)	0	1	2	3
g)	0	1	2	3
h)	0	1	2	3

*Jei atsakymas į kurią nors P18 klausimo teiginį yra „Dažnai“, pažymėkite Vengimą priaugti svorio M1 sunkumų sąraše (p. 37). Jei „Kontrolės praradimas“ taip pat yra pažymėtas šiame sąraše, tuomet tęskite užduodami P19 klausimą. Kitais atvejais užduokite P20 klausimą, jei kalbate su mergaitėmis, arba P26 klausimą, jei kalbate su berniukais.*

P19 Anksčiau sakei, kad kartais prarani kontrolę ir per daug prisivalgai. Kaip taip atsitinka, ar tada tu riboji valgymą / mankštini / išvemi / vartoji laisvinamuosius vaistus, kad nepriaugtum svorio?

Ne	Taip
0	1

*Jei kalbate su berniukais, toliau užduokite P26 klausimą.*

P20 Ar tau buvo mėnesinės per pastaruosius 3 mėnesius?

Ne	Taip
0	1
↓	↓
P21	P22

P21 Ar tau anksčiau yra buvusios mėnesinės?

Ne	Taip
0	1
↓	↓
P26	P23

P22 Ar vartoji kokius nors hormoninius preparatus (geriamus arba leidžiamus) (įskaitant kontraceptikus)?

Ne	Taip
0	1
↓	↓
<i>Tęskite užduodami P23 visais atvejais</i>	

P23 Apibūdink, kokios apskritai būdavo tavo mėnesinės ir kokios jos yra pastaruoju metu.

*Jei į P20 klausimą atsakyta „Ne“ ir P21 klausimą atsakyta „Taip“, klauskite:*

P24 Kaip manai, kodėl tau nebuvo mėnesinių per pastaruosius 3 mėnesius?

*Jei į P22 klausimą buvo atsakyta „Taip“, klauskite:*

P25 Kokį poveikį tavo mėnesinėms turi hormoniniai preparatai (geriami arba leidžiami)?

**P26–28 praleidimo taisyklė**

Jei „Liesas (-a)“ ar „Perdėtas rūpinimasis svoriu ir maistu“, ar „Kontrolės praradimas“, ar „Vengimas priaugti svorio“ yra pažymėti M1 sunkumų sąraše (p. 37), tuomet tęskite. Visais kitais atvejais pereikite prie kito skyriaus.

P26 Sakei apie savo valgymo įpročius ir rūpinimąsi svoriu ar kūno formoms. Ar dėl to esi prislėgtas (-a) ar nerimauji?

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3

P27 Ar tavo valgymo įpročiai arba rūpinimasis svoriu ir kūno formomis trukdo tau ...

a) gerai sutarti su kitais šeimos nariais?

b) susirasti draugų ir išsaugoti draugystę?

c) mokytis ar dirbti klasėje?

d) žaisti, sportuoti, domėtis savo pomėgiu ar užsiimti kitais laisvalaikio užsiėmimais?

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3
0	1	2	3
0	1	2	3
0	1	2	3

P28 Ar tavo valgymo įpročiai arba susirūpinimas svoriu ir kūno formomis apsunkina šalia tavęs esančius žmones (šeimos narius, draugus, mokytojus ir pan.)?

Ne	Šiek tiek	Pakankamai	Labai
0	1	2	3

## L skyrius. Kiti sunkumai

L1 Ar turi kokių nors tikų ar trūkčiojimų, kuriuos tau sunku kontroliuoti?

Ne	Taip
0	1

Šio klausimo **neužduokite**, jeigu yra užpildytas skyrius apie dietos laikymąsi, svorį ir kūno formas (P skyrius)

L2 Ar kiti žmonės buvo sunerimę dėl to, kad tu per daug laikaisi dietos?

Ne	Taip
0	1

L3 Ar turėjai kokių nors neįprastų patyrimų, pavyzdžiui, matei ar girdėjai nesančius dalykus, arba turėjai keistų minčių, kurios tau kėlė nerimą?

Ne	Taip
0	1

L4 Be tų dalykų, kuriuos man jau papasakojai, ar yra dar kas nors, susiję su tavo jausmais arba elgesiu, kas iš tikrųjų kelia nerimą tau ar aplinkiniams?

Ne	Taip
0	1

Jeigu L1 = „Taip“ arba L2 = „Taip“, arba L3 = „Taip“, arba L4 = „Taip“, tuomet pažymėkite „Kiti sunkumai“ M1 sunkumų sąrašė (p. 37).

## M skyrius. Sunkumų sritys

### M1 Sunkumų sąrašas

- A  Atskyrimo nerimas = baimė būti atskirtam nuo *(išvardykite artimus žmones iš A1 sąrašo)*
- B  Specifinė fobija = baimė *(išvardykite baimes iš B1 sąrašo)*
- C  Socialinė fobija = baimė *(išvardykite baimes iš C2 sąrašo)*
- D  Panika = panikos priepuoliai  
 Agorafobija = minios vengimas, baimė išeiti vienam iš namų ir kt. *(iš D4 sąrašo)*
- E  Potrauminis stresas = distresas, sukeltas patirto sukrečiamo įvykio *(iš E2)*
- F  Obsesijos ir kompulsijos = ritualai ar įkyrumai (obsesijos) *(iš F2, F3 ir F4)*
- G  Generalizuotas nerimas = perdėtas, padidėjęs nerimavimas dėl *(iš G4)*
- H  Depresija  
 Irzlumas  
 Domėjimosi praradimas  
 Tyčinis savęs žalojimas
- J  Hiperaktyvumas = aktyvumo ir dėmesio sunkumai
- K  Sunkus elgesys = elgesys, pridarantis žmonėms bėdų, tokių kaip *(iš K4 ir K6)*  
 Nemalonumai su policija
- P  Liesas (-a)  
 Perdėtas rūpinimasis svoriu ir maistu  
 Kontrolės praradimas  
 Vengimas priaugti svorio
- L  Kiti sunkumai = sunkumai dėl *(iš L1, L2, L3 ir L4)*

## **M2 Vaiko / jaunuolio sunkumų apibūdinimas jo paties žodžiais**

*Jei M1 sunkumų sąrašė nėra nieko pažymėta, tuomet pereikite prie N skyriaus.*

*Jeigu ką nors pažymėjote M1 sunkumų sąrašė, turite įsitikinti, kad atsakymai atitinka atvirus klausimus apie tame skyriuje nagrinėjamus sunkumus. Šie atviri klausimai yra išvardyti toliau kaip pasiūlymai, bet jūs galite parodyti iniciatyvą ir pridėti papildomų klausimų ar labiau paaiškinti čia esamus klausimus.*

*Jūs galite pasirinkti – užduoti atvirus klausimus pokalbio metu arba juos užduoti tuomet, kai baigiate apklausti pagal visus skyrius nuo A iki L. Pavyzdžiui, jeigu pažymėjote A skyrių M1 sąrašė, tuomet galite užduoti papildomų klausimų prieš pereidami prie skyriaus B arba palaukti, kol baigsite apklausti pagal visus skyrius nuo A iki L. Jeigu visus atvirus klausimus užduodate pabaigoje, tuomet siūlytume leisti vaikui / jaunuoliui pasirinkti, kokia eilės tvarka kalbėti apie skirtingas temas, pradedant nuo tos temos, kuri jam (jai) kelia daugiau rūpesčių.*

*Kad ir kaip nuspręstumėte daryti, siūlytume užrašyti jaunų žmonių spontaniškus komentarus tuo metu, kai jie juos išsako. Tuomet jums reikės mažiau prašyti jų kartotis kalbant kurio nors skyriaus tema. Tačiau prieš užbaigdami pokalbį visuomet patikrinkite, ar aptarėte visus kiekvienos sunkumų srities klausimus.*

*Jeigu jauni žmonės atsako neaiškiai ar apibendrintai, paprašykite jų pateikti būdingų pavyzdžių. Pavyzdžiui, jeigu jis (ji) sako „Aš nerimauju dėl visko“, tuomet paklauskite: „Kokie tie nerimavimai?“ Arba jeigu jis (ji) sako: „Aš nuolat pakliūnu į bėdą“, tuomet paklauskite: „Ar galėtum papasakoti apie neseną įvykį, kai tu pakliuvai į bėdą?“*

*Nemanykite, kad atsakymai turi būti trumpi, nes klausimyne vietos jiems užrašyti yra palikta mažai. Rašykite į tas paliktas vietas ir, jei reikia, paimkite popieriaus papildomai!*

*Atvirų klausimų pateikimas ir formulavimas:*

Tu jau man pasakojai apie savo sunkumus. Dabar norėčiau apie tai plačiau išgirsti tavo paties (pačios) žodžiais.

### **M2A: Atskyrimo nerimas**

***Jei Atskyrimo nerimas yra pažymėtas M1 Sunkumų sąrašė M1A, tuomet klauskite:***

M2A1) Papasakok apie pastaruoju metu tave kamuojantį išsiskyrimo nerimą. Kaip tas tavo nerimas pasireiškia?

M2A2) Kaip dažnai šis nerimas sukelia sunkumų?

M2A3) Kokie būna didžiausi sunkumai pačiu blogiausiu atveju?

M2A4) Kiek laiko trunka šis tavo išsiskyrimo nerimas?

M2A5) Ar šis nerimas atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2A6) Tavo nuomone, dėl ko tas nerimas kyla?

M2A7) Ar mėginai ką nors daryti, kad sumažėtų tavo nerimas? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

### **M2B: Specifinė fobija**

*Jei Specifinė fobija yra pažymėta M1B, tuomet klauskite:*

M2B1) Aprašyk savo baimes, kurios tave vargina, smarkiai slegia arba neleidžia daryti tokių dalykų, kuriuos tu norėtum daryti.

M2B2) Kaip dažnai šios baimės tave vargina ar slegia?

M2B3) Kokio stiprumo būna tavo baimės pačiu blogiausiu atveju?

M2B4) Ar šios baimės atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2B5) Ar mėginai ką nors daryti, kad sumažėtų šios tavo baimės? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

### **M2C: Socialinė fobija**

*Jei Socialinė fobija yra pažymėta M1C, tuomet klauskite:*

M2C1) Aprašyk savo socialines (viešumos) baimes, kurios tave vargina, smarkiai slegia arba neleidžia daryti tokių dalykų, kuriuos tu norėtum daryti, jei nebijotum.

M2C2) Kaip dažnai tavo socialinės (viešumos) baimės sukelia sunkumų arba tave slegia?

M2C3) Kokio stiprumo būna tavo socialinės (viešumos) baimės pačiu blogiausiu atveju?

M2C4) Ar šios socialinės (viešumos) baimės atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2C5) Ar mėginai ką nors daryti, kad sumažėtų šios tavo socialinės (viešumos) baimės? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

### **M2D: Panika / agorafobija**

*Jei Panika / agorafobija yra pažymėta M1D, tuomet klauskite arba tik kai kuriuos, arba visus klausimus (pagal tai, ar vaikui pasireiškia panikos priepuoliai, ar vengimas, ar abu sutrikimai kartu):*

M2D1) Kuo išsamiau aprašyk, kaip pasireiškia tavo panikos priepuoliai.

M2D2) Kaip dažnai šie panikos priepuoliai kyla?

M2D3) Kada šie panikos priepuoliai atsirado?

M2D4) Apibūdink savo baimę ar vengimą būti minioje, viešose vietose, keliauti vienam (-ai) ar būti toli nuo namų.

M2D5) Kaip dažnai ši baimė ar vengimas pasireiškia?

M2D6) Kada ši baimė ar vengimas atsirado?

M2D7) Ar šie panikos priepuoliai ar tam tikrų specifinių situacijų vengimas atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2D8) Ar tu mėginai ką nors daryti, kad sumažėtų šie tavo panikos priepuoliai ar vengimas? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

## **M2E: Potrauminis stresas**

*Jei Potrauminis stresas yra pažymėtas M1E, tuomet klauskite:*

M2E1) Koks buvo tas ypač sukrečiantis įvykis? Labai apgailestaujame, jeigu klausimai apie šį nelaimingą įvykį tave liūdina. Papasakok tiek, kad mes galėtumėme suprasti su šiuo išgyventu nelaimingu įvykiu susijusius dabartinius tavo simptomus.

M2E2) Aprašyk požymius, kurie iki šiol pasireiškia kaip patirto sukrečiančio įvykio pasekmė.

M2E3) Kaip dažnai šie požymiai sukelia sunkumų ar slegia?

M2E4) Kokio stiprumo būna šie požymiai pačiu blogiausiu atveju?

M2E5) Ar šie požymiai atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2E6) Ar mėginai ką nors daryti, kad sumažintum šiuos požymius? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

### **M2F: Obsesijos ir kompulsijos**

*Jei Obsesijos ir kompulsijos yra pažymėtos M1F, tuomet klauskite:*

M2F1) Aprašyk savo įkyrumus ar ritualus.

M2F2) Kaip dažnai šie įkyrumai ar ritualai sukelia sunkumų arba tave slegia?

M2F3) Kokio stiprumo būna įkyrumai ar ritualai pačiu blogiausiu atveju?

M2F4) Kiek laiko tai trunka?

M2F5) Ar tai atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2F6) Ar mėginai ką nors daryti, kad sumažintum šiuos įkyrumus ar ritualus? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

### **M2G: Generalizuotas nerimas**

*Jei Generalizuotas nerimas yra pažymėtas M1G, tuomet klauskite:*

M2G1) Gal papasakotum, dėl ko tu nerimauji?

M2G2) Kaip dažnai šis tavo nerimavimas sukelia sunkumų?

M2G3) Kokio stiprumo būna šis nerimas pačiu blogiausiu atveju?

M2G4) Kiek laiko trunka tavo padidėjęs nerimas dėl įvairiausių dalykų?

M2G5) Ar šis nerimas atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2G6) Ar tu mėginai ką nors daryti, kad sumažintum šį nerimą? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

## **M2H: Depresija**

*Jei Depresija, Irzlumas arba Domėjimosi praradimas pažymėti M1H, tuomet klauskite:*

M2H1) Papasakok apie savo nuotaiką (liūdesį, irzlumą) ir domėjimąsi įvairiais dalykais.

M2H2) Kas tuo pat metu dar pasikeitė kartu su nuotaika ir domėjimusi įvairiais dalykais? Jei tai yra susiję, tuomet parašyk apie savo apetitą, miegą, kiek turi energijos, ar pasitiki savimi, ar save kaltini, ar žiūri į ateitį be vilties, ar kyla minčių apie mirtį, savęs žalojimą ir pan.

M2H3) Kiek laiko taip jauteisi per **pastarąsias 4 savaites**?

M2H4) Kokio stiprumo per **pastarąsias 4 savaites** buvo šie sunkumai pačiu blogiausiu atveju?

M2H5) Kada prasidėjo ši liūdnos nuotaikos, irzlumo ar domėjimosi praradimo būseną?

M2H6) Kaip manai, kas sukėlė tokią būseną?

M2H7) Ar tau praeityje yra buvę panašios būsenos laikotarpių? Jei yra buvę, aprašyk juos.

M2H8) Ar praeityje buvo tokių laikotarpių, kai tavo nuotaika buvo pakilusi, o ne kritusi? Jei yra buvę, parašyk apie tai.

M2H9) Ar prislėgta nuotaika ar domėjimosi praradimas atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2H10) Ar mėginai ką nors daryti, kad pagerėtų nuotaika ar grįžtų domėjimasis gyvenimu? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

### **M2H2: Tyčinis savęs žalojimas**

*Jei Tyčinis savęs žalojimas yra pažymėtas M1H, tuomet klauskite:*

M2H11) Prašyčiau plačiau papasakoti apie tavo savęs žalojimą ar skausmo sukėlimą sau arba bent jau kalbas apie tai.

### **M2J: Hiperaktyvumas**

*Jei Hiperaktyvumas buvo pažymėtas M1J, tuomet klauskite:*

M2J1) Būtų gerai, jei daugiau papasakotum apie savo susirūpinimą dėl pernelyg didelio aktyvumo ar dėmesio stokos.

### **M2K: Neklusnus ir rūpesčių keliantis elgesys**

*Jei Sunkus elgesys yra pažymėtas M1K, tuomet klauskite:*

M2K1) Aprašyk savo elgesį, dėl kurio tau kyla bėdų.

M2K2) Kaip dažnai šis elgesys sukelia sunkumų?

M2K3) Kokio stiprumo būna šie sunkumai pačiu blogiausiu atveju?

M2K4) Kiek laiko tai trunka?

M2K5) Ar šis rūpesčių keliantis elgesys atsiliepia tavo gyvenimo kokybei? Jei atsiliepia, tai kaip?

M2K6) Ar mėginai ką nors daryti, kad pagerintum savo elgesį? Jei taip, parašyk, ką mėginai daryti, kokią pagalbą esi gavęs (-usi), ar tai padėjo?

## **M2P: Dietos laikymasis, svoris ir kūno formos**

*Jei Liesas (-a) arba Perdėtas rūpinimasis svoriu ir maistu, arba Kontrolės praradimas, arba Vengimas priaugti svorio yra pažymėti M1P, tuomet klauskite:*

M2P1) Apibūdink savo dabartinę rūpinimąsi dieta, svoriu ar kūno formomis.

M2P2) Ar šių, su maistu ar kūno svoriu susijusių, sunkumų priežastis yra kokia nors tavo liga? Jei taip, kokia tai liga?

M2P3) Kada prasidėjo šie sunkumai?

M2P4) Prisimink įprastą savo dieną ir aprašyk, ką dažniausiai valgai, kokio maisto vengi, ar stengiesi neviršyti tam tikro kalorijų kiekio, ar laikaisi tam tikrų taisyklių, pagal kurias nusprendi, ką reikia valgyti, ir pan.

M2P5) Ar šie valgymo įpročiai ar susirūpinimas savo kūno svoriu atsiliepia kitoms tavo gyvenimo sritims? Pavyzdžiui, sumažina tavo domėjimąsi tais dalykais, kuriuos mėgsta kiti bendraamžiai, arba kenkia tavo santykiams su šeimos nariais ar draugais.

M2P6) Ar tu arba tavo šeimos nariai yra prašę gydytojo ar psichologo padėti tau dėl valgymo sunkumų ar svorio? Jei taip, kokių esate gavę patarimų ar pagalbos? Ar tai padėjo?

M2P7) Ar turėjai kokių nors medicinos problemų, susijusių su valgymo įpročiais, svoriu ar būdais, kuriais kontroliuoji savo svorį (kraujavimas po vėmimo, alpimas, didelis silpnumas, vidurių užkietėjimas, greitosios pagalbos iškvietimas, patekimas į reanimacijos skyrių, dantų ligos ir kt.)?

## **M2L: Kiti sunkumai**

*Jei rečiau pasitaikantys sunkumai yra pažymėti MIL, tuomet klauskite iš toliau pateiktų klausimų jums tinkamus:*

M2L1) Papasakok daugiau apie savo tikus ar trūkčiojimus.

M2L2) Kas yra susirūpinę dėl tavo svorio ar dietos laikymosi? Kodėl jie yra susirūpinę? Ar sutinki su jais?

M2L3) Norėčiau daugiau sužinoti apie šiuos neįprastus potyrius.

M2L4) Norėčiau daugiau sužinoti apie kitus dalykus, dėl kurių tu nerimauji.

## **M2X: Tyrėjo apibendrinimai**

*M2X1) Pabaigoje jūs kaip asmuo, kuris apklausė, galite pateikti savo apibendrintus komentarus, pavyzdžiui, aprašyti vaiko / jaunuolio motyvacijos, susikaupimo ar supratingumo lygį arba apklausos metu pastebėtus jo (jos) aktyvumo ir elgesio ypatumus.*

## N skyrius. Galios (stipriosios savybės)

Daug klausinėjau apie tavo problemas ir sunkumus. Dabar noriu paklausti apie tavo stipriąsias savybes, arba galias.

N1 Ar tau tinka šie apibūdinimai?		Ne	Šiek tiek	Labai
a)	Dosnus (-i)	0	1	2
b)	Draugiškas (-a), mėgstantis (-i) bendrauti	0	1	2
c)	Šauni asmenybė	0	1	2
d)	Atsakingas (-a), tavim galima pasitikėti	0	1	2
e)	Pakantus (-i), taikus (-i), lengvai bendraujantis (-i)	0	1	2
f)	Turi gerą humoro jausmą ir mėgsti juokauti	0	1	2
g)	Rūpestingas (-a), geraširdis (-ė)	0	1	2
h)	Savarankiškas (-a)	0	1	2

N2 Kuo tu dar galėtum didžiuotis?		Ne	Šiek tiek	Labai
a)	Gerai sekasi sportuoti	0	1	2
b)	Gerai sutari su draugais	0	1	2
c)	Padedi namuose	0	1	2
d)	Gerai sekasi muzika	0	1	2
e)	Gerai elgiesi	0	1	2
f)	Gerai moki dirbti kompiuteriu	0	1	2
g)	Gerai sekasi vaidyba, aktorystė	0	1	2
h)	Renki pinigus labdarai, padedi kitiems	0	1	2
i)	Gerai sekasi dailė, konstravimas	0	1	2
j)	Mandagus (-i)	0	1	2
k)	Gerai mokaisi	0	1	2

N3 Ar dar turi kokių gerų savybių, kurias ypač norėtum paminėti?

.....