

Η οικογένεια σου

Πριν αρχίσουμε, μπορείς σε παρακαλώ να μας πεις:

Τη σημερινή ημερομηνία:

Πότε έχεις τα γενέθλιά σου; (ημερομηνία);

Είσαι αγόρι ή κορίτσι;.....

Ποιο είναι το αγαπημένο σου χρώμα;

Γεια σου! Θα θέλαμε να μας πεις λίγα πράγματα για την οικογένειά σου. Έχουμε γράψει μερικές προτάσεις για οικογένειες. Για κάθε πρόταση, παρακαλούμε πες μας πόσο καλά περιγράφει την οικογένειά σου. Δηλαδή, πόσο αληθινό νομίζεις ότι είναι.

Για κάθε σειρά, πες μας αν νομίζεις ότι η πρόταση περιγράφει την οικογένειά σου:

1. Πολύ καλά
2. Καλά
3. Λίγο
4. Όχι καλά
5. Καθόλου

Για παράδειγμα, αν νιώθεις ότι η πρόταση «Η οικογένειά μας θέλει να μείνει ενωμένη» ισχύει πολύ για την οικογένειά σου, τότε θα βάλεις ένα τικ κάτω από το κουτάκι «Πολύ καλά», όπως:

	<u>Αυτό περιγράφει την οικογένεια μας:</u>				
	Πολύ Καλά	Καλά	Κάπως	Λίγο	Καθόλου
Η οικογένεια μας θέλει να μείνει ενωμένη	✓				

Μην σκεφτείς για πολλή ώρα την κάθε ερώτηση, προσπάθησε όμως να βάλεις ένα τικ σε ένα από τα κουτάκια για κάθε μία από τις ερωτήσεις. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις. Είναι πώς εσύ βλέπεις τα πράγματα αυτή τη στιγμή.

Παρακαλώ γύρισε σελίδα για να συμπληρώσεις το ερωτηματολόγιο



Young SCORE-15 © Association for Family & Systemic Psychotherapy,

Μετάφραση και προσαρμογή στα Ελληνικά από: **Ιατρείο Οικογένειας « Π. Γεωργίτση», ΚΟ.ΚΕ.ΨΥ.ΠΕ Ν. Σμύρνης, Γ. Ν. Ασκληπιείο Βούλας**, Περιμένη Α., Συντονίστρια Ιατρείου-Κλ. Ψυχολόγος-Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, Δαραμούσκα Π., Επίσκ. Ψυχικής Υγείας, Καφαλάκης Ν., Επίσκ. Ψυχικής Υγείας, Παπανικολάου Ν. Κοιν. Λειτουργός, σε συνεργασία με Β. Πομίνι, Επίστ. Υπεύθ. Τμήματος Συστημικών Ψυχοθεραπειών, Α' Ψυχιατρική Κλινική ΕΚΠΑ. .

	Αυτό περιγράφει την οικογένειά μας:				
	Πολύ Καλά	Καλά	Κάπως	Λίγο	Καθόλου
1) Στην οικογένεια μου μιλάμε για σημαντικά πράγματα					
2) Στην οικογένεια μου οι άνθρωποι συχνά δεν λένε την αλήθεια ο ένας στον άλλον					
3) Στην οικογένειά μου ο ένας ακούει τον άλλον					
4) Στην οικογένειά μου φοβόμαστε να διαφωνήσουμε					
5) Το βρίσκουμε δύσκολο να λύνουμε τα καθημερινά μας προβλήματα					
6) Εμπιστευόμαστε ο ένας τον άλλον					
7) Η οικογένεια μου είναι απαίσια					
8) Στην οικογένεια μου όταν οι άνθρωποι θυμώνουν, δεν μιλούν ο ένας στον άλλον					
9) Στην οικογένειά μου νιώθω σαν να έχουμε συνέχεια προβλήματα					
10) Όταν κάποιος από μας είναι αναστατωμένος, η οικογένεια τον φροντίζει					
11) Τα πράγματα πάντα δείχνουν να πηγαίνουν στραβά για την οικογένεια μου					
12) Στην οικογένεια μου οι άνθρωποι συμπεριφέρονται άσχημα ο ένας στον άλλον					
13) Στην οικογένεια μου οι άνθρωποι επεμβαίνουν πολύ ο ένας στη ζωή του άλλου					
14) Στην οικογένειά μου κατηγορούμε ο ένας τον άλλον, όταν τα πράγματα πάνε στραβά					
15) Είμαστε καλοί στο να βρίσκουμε νέες λύσεις όταν τα πράγματα είναι δύσκολα					

Με ποιες λέξεις θα περιέγραφες καλύτερα την οικογένειά σου;

.....

Ποιο είναι το μεγαλύτερο πρόβλημα για την οικογένεια σου αυτή τη στιγμή

.....

.....

Πόσο μεγάλο είναι αυτό το πρόβλημα για την οικογένειά σου; Παρακαλώ σημείωσε στην παρακάτω σειρά :

Κανένα Πρόβλημα

Πολύ Μεγάλο Πρόβλημα



Σε ευχαριστούμε πολύ για τη βοήθεια !