

يمكن أن تؤثر علاقاتنا وتجاربنا - بما في ذلك التي نمر بها ونكوّنها في مرحلة الطفولة - في صحتنا ورفاهنا. وتكون تجارب الطفولة الصعبة شائعة جدًا. يرجى إخبارنا إن كنت قد مرت بأي من التجارب المدرجة أدناه، فقد تؤثر في صحتك اليوم أو قد تؤثر في صحتك في المستقبل. ستساعدك هذه المعلومات كما ستساعد مقدم الخدمة على اكتساب فهم أفضل لكيفية العمل معًا لدعم صحتك ورفاهك.

التعليمات: فيما يلي قائمة تضم 10 فئات من تجارب الطفولة الضارة (Adverse Childhood Experiences, ACEs). من القائمة أدناه، يرجى جمع عدد فئات ACE التي مرت بها قبل بلوغك عمر الثامنة عشرة ووضع العدد الإجمالي في الأسفل. (لا تحتاج إلى تحديد الفئات التي تنطبق عليك، وإنما فقط إجمالي عدد الفئات التي تنطبق).

هل شعرت أنه لم يكن لديك ما يكفي من الطعام، أو اضطررت إلى ارتداء ملابس متسخة، أو لم يكن لديك أحد لحمايتك أو رعايتك؟

هل فقدت أحد والديك بسبب الطلاق، أو الهجر، أو الوفاة، أو أي سبب آخر؟

هل عشت مع أي شخص يعاني من الاكتئاب، أو المرض العقلي، أو حاول الانتحار؟

هل عشت مع أي شخص يعاني من مشكلة في الشرب أو تعاطي المخدرات، بما في ذلك العقاقير الطبية؟

هل تعدى عليك والداك أو بالغًا في منزلك بالضرب، أو اللكم، أو الخبط، أو هددًا بإيذاء بعضهما البعض؟

هل عشت مع أي شخص دخل السجن أو الإصلاحية؟

هل سبّك أحد الوالدين أو شخص بالغ في منزلك، أو أهانك، أو قلل من شأنك؟

هل تعدى عليك أحد والديك أو بالغ في منزلك بالضرب، أو الركل، أو أذاك جسديًا بأي شكل من الأشكال؟

هل شعرت أنه لا أحد في أسرتك يحبك أو يعتقد أنك مميز؟

هل واجهت اتصالًا جنسيًا غير مرغوب فيه (مثل المداعبة أو الجماع/الإيلاج الفموي/الشرجي/المهبلي)؟

نتيجة ACE الخاصة بك هي إجمالي عدد الردود التي تنص على نعم.

هل تعتقد أن هذه التجارب أثرت في صحتك؟ ☐ ليس كثيرًا ☐ إلى حد ما ☐ كثيرًا

تعد التجارب في مرحلة الطفولة جزءًا واحدًا فقط من قصة حياة الشخص. وهناك طرق عديدة للتعافي طوال حياة المرء.

يرجى إخبارنا إذا كانت لديك أي أسئلة حول الخصوصية أو السرية.