

बचपन के प्रतिकूल अनुभवों पर संशोधित प्रश्नावली

कैलिफोर्निया सर्जन जनरल की नैदानिक सलाहकार समिति

हमारे रिश्ते और अनुभव—यहां तक कि बचपन के दौरान हुए वह भी—हमारे स्वास्थ्य और सेहत को प्रभावित कर सकते हैं। बचपन के दुखद अनुभव बहुत सामान्य हैं। कृपया हमें बताएं कि क्या आपको नीचे दिए गए में से कोई भी अनुभव पहले हुआ है, क्योंकि हो सकता है कि वे आज आपके स्वास्थ्य को प्रभावित कर रहे हों या भविष्य में आपके स्वास्थ्य को प्रभावित करें। इस जानकारी से आपको और आपके स्वास्थ्य सेवा प्रदाता को यह समझने में मदद मिलेगी कि आपके स्वास्थ्य और भलाई के लिए आपके साथ मिलकर कैसे काम करें।

निर्देश: नीचे बचपन के प्रतिकूल अनुभवों (ACE) की 10 श्रेणियों की सूची दी गई है। नीचे दी गई सूची में से, अपने 18 वें जन्मदिन से पहले आपके द्वारा अनुभव किए गए ACE की श्रेणियों की संख्या को जोड़ दें और कुल संख्या को नीचे लिखें। (आपको यह इंगित करने की आवश्यकता नहीं है कि कौन सी श्रेणियां आप पर लागू होती हैं, आपको केवल उन श्रेणियों की कुल संख्या लिखनी है।)

क्या आपको लगता है कि आपके पास खाने के लिए पर्याप्त भोजन नहीं था, आपको गंदे कपड़े पहनने पड़े, या आपकी सुरक्षा करने या देखभाल करने वाला कोई नहीं था?

क्या आपने तलाक, परित्याग, मृत्यु या अन्य कारणों से माता-पिता में से किसी एक को खो दिया था?

क्या आप किसी ऐसे व्यक्ति के साथ रहते थे जो अवसादग्रस्त था, मानसिक रूप से बीमार था, या जिसने आत्महत्या की कोशिश की थी?

क्या आप ऐसे किसी व्यक्ति के साथ रहते थे जिसे शराब पीने या ड्रग्स, निर्धारित दवाएं सहित, लेने की समस्या थी?

क्या आपके घर में आपके माता-पिता या बड़े एक दूसरे को कभी चोट पहुंचाते थे, मुक्का मारते थे, पीटते थे या चोट पहुंचाने की धमकी देते थे?

क्या आप किसी ऐसे व्यक्ति के साथ रहते थे जिसे जेल या कारागार गया था?

क्या आपके घर में माता-पिता या वयस्क ने कभी आपके साथ अपमानजनक बात की, आपका अपमान किया, या आपको नीचा दिखाया?

क्या आपके घर में माता-पिता में से किसी ने या वयस्क ने कभी आपको मारा, पीटा, लात से मारा या किसी भी तरह से शारीरिक चोट पहुंचाई?

क्या आपको लगता है कि आपके परिवार में कोई भी आपसे प्यार नहीं करता था या आप परिवार में विशेष हैं?

क्या आपको अवांछित यौन संपर्क का सामना करना पड़ा था (जैसे कि किसी प्रिय व्यक्ति द्वारा अवांछित स्पर्श या मौखिक/गुदा/योनि संभोग/प्रवेश)?

आपका ACE स्कोर' हाँ 'प्रतिक्रियाओं की कुल संख्या है।

क्या आपको लगता है कि इन अनुभवों ने आपके स्वास्थ्य को प्रभावित किया है ?अधिक नहीं कुछ बहुत अधिक

बचपन के अनुभव किसी व्यक्ति के जीवन की कहानी का सिर्फ एक हिस्सा होते हैं।
किसी व्यक्ति के जीवन काल में स्वस्थ होने के अनेक तरीके होते हैं।

यदि आपके निजता या गोपनीयता के बारे में कोई प्रश्न हैं तो कृपया हमें बताएं।