

ACE spurningalisti

Þegar þú varst að alast upp, á fyrstu 18 árum ævi þinnar:

1. Kom **oft eða mjög oft** fyrir að foreldra eða annar fullorðinn á heimilinu; blótaði þér, móðgaði þig, gerði lítið úr þér eða niðurlægði þig? Eða hegðaði sér á þann hátt að þú óttaðist að þú gætir meiðst líkamlega Já nei
2. Kom **oft eða mjög oft** fyrir að foreldri eða annar fullorðinn á heimilinu; Hrinti þér, tók í þig, sló þig, eða henti einhverju að þér? Eða lamdi þig einhvern tímann svo harkalega að það sá á þér eða þú slasaðist? Já nei
3. Reyndi einhver fullorðinn eða einhver að minnsta kosti **5 árum eldri en þú** einhvern tímann að; Koma við þig, káfa á þér eða fá þig til að snerta líkama sinn á kynferðislegan máta? Eða reyndi eða tókst að eiga við þig munnmök, endaparmsmök eða samfarir um leggöng? Já nei
4. Fannst þér **oft eða mjög oft** að; enginn í fjölskyldu þinni elskaði þig eða fannst að þú væri mikilvæg(ur) eða einstök/einstakur? Eða að fjölskyldan þín passaði ekki upp á hvert annað, var nán hvert öðru eða studdi hvert annað? Já nei
5. Leið þér **oft eða mjög oft** eins og að; þú hefðir ekki nóg að borða, þyrftir að klæðast óhreinum fötum og hefðir engan til að vernda þig? Eða að foreldrar þínir væru of drukkniir eða undir áhrifum eiturfylfja til að sinna þér eða fara með þig til læknis ef þú þyrftir á því að halda? Já nei
6. Fóru foreldrar þínir einhvern tímann í **sundur eða skildu**? Já nei
7. Var foreldri eða stjúpfareldri; oft eða mjög oft hrint, rífið í það, það slegið eða einhverju hent að því? Eða var stundum, oft eða mjög oft sparkað í það, það bitið, lamið með hnefanum, eða lamið með einhverju hörðu? Eða var það einhvern tímann lamið aftur og aftur í að minnsta kosti nokkrar mínútur eða ógnað með byssu eða hnífi? Já nei
8. Þjóst þú með einhverjum sem átti í vanda með áfengisdrykkju eða var alkóhólisti eða notaði fíkniefni? Já nei
9. Var heimilismeðlimur **þunglyndur eða andlega veikur**, eða reyndi heimilismeðlimur að **fyrirfara sér**? Já nei
10. Fór heimilismeðlimur í **fangelsi**? Já nei

Íslensk þýðing ACE listans Sigríður Björnsdóttir, sálfræðingur, með leyfi V. Felitti