

Skala wpływu COVID-19 i izolacji domowej na dzieci i młodzież

(Mireia Orgilés, Alexandra Morales & José Pedro Espada)

w polskiej adaptacji Wiesława Poleszaka i Grzegorz Katy (2021)

W ostatnich dniach, w porównaniu z sytuacją sprzed pandemii COVID-19:

(w każdym wierszu zaznacz jedną z pięciu możliwych odpowiedzi)

| | Moje dziecko/uczeń: | Znacznie mniej | Trochę mniej | Tak samo | Trochę więcej/bardziej | Znacznie więcej/bardziej |
|----|---|----------------|--------------|----------|------------------------|--------------------------|
| 1 | jest zmartwione | | | | | |
| 2 | jest zniecierpliwione | | | | | |
| 3 | jest niespokojne | | | | | |
| 4 | jest smutne | | | | | |
| 5 | kiedy śpi, ma koszmary | | | | | |
| 6 | jest zniechęcone | | | | | |
| 7 | czuje się samotne | | | | | |
| 8 | w nocy często się budzi | | | | | |
| 9 | mało śpi | | | | | |
| 10 | czuje się niepewnie | | | | | |
| 11 | czuje się skrępowane | | | | | |
| 12 | jest nerwowe | | | | | |
| 13 | boi się, gdy zasypia | | | | | |
| 14 | kłóci się z resztą rodziny | | | | | |
| 15 | jest wycofane | | | | | |
| 16 | łatwo zaczyna płakać | | | | | |
| 17 | złości się | | | | | |
| 18 | myśli o śmierci | | | | | |
| 19 | jest sfrustrowane | | | | | |
| 20 | jest znudzone | | | | | |
| 21 | jest poirytowane | | | | | |
| 22 | ma problemy ze snem | | | | | |
| 23 | nie ma apetytu | | | | | |
| 24 | łatwo się niepokoi | | | | | |
| 25 | ma trudności ze skupieniem uwagi | | | | | |
| 26 | boi się zarazić koronawirusem | | | | | |
| 27 | czuje się bezradne | | | | | |
| 28 | ma różne dolegliwości fizyczne (np. ból głowy, ból brzucha) | | | | | |
| 29 | łamie normy i zasady | | | | | |
| 30 | objada się | | | | | |
| 31 | martwi się o swoich bliskich | | | | | |