

## 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)

	<b>Moje dziecko/uczeń:</b>	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					