

Eğer ilişkinizde ya da evliliğinizde Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğuna (DEHB) bağlı bazı sorunlar olduğundan şüpheleniyorsanız, psikiyatrik değerlendirmeye başvurmadan önce aşağıdaki testleri, formları doldurmanızda fayda var. İlk görüşmenize gelirken doldurduğunuz testleri yanınızda getirmeniz seansınızın daha verimli olmasına yardımcı olacaktır. Bu test Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu olan/olduğu düşünülen eş tarafından doldurulmalıdır.

İlişki Genel Değerlendirme Soruları

İlişkinizdeki şimdiki stres düzeyinizi aşağıdaki rakamlardan birini daire içine alarak belirtiniz.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Hiç stres yok									Yüksek düzeyde stres var

Aşağıda sevgililik ya da evlilik ilişkinizle ilgili olarak ilişkiden aldığınız doyumunu ölçmeyi amaçlayan bazı sorular bulunmaktadır. Lütfen her soruyu o soruya ait 7 dereceli ölçeği kullanarak değerlendiriniz ve seçtiğiniz rakamı belirgin bir şekilde işaretleyiniz. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayınız.

1. Sevgiliniz / eşiniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?	1 Hiç karşılıyor	2	3	4	5	6	7 Çok iyi karşılıyor
2. Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?	1 Hiç memnun değilim	2	3	4	5	6	7 Çok memnunum
3. Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?	1 Çok daha kötü	2	3	4	5	6	7 Çok daha iyi
4. Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı isterdiniz?	1 Hiçbir zaman	2	3	4	5	6	7 Sürekli
5. İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?	1 Hiç karşılıyor	2	3	4	5	6	7 Çok iyi karşılıyor
6. Sevgilinizi/ eşinizi ne kadar seviyorsunuz?	1 Hiç Sevmiyorum	2	3	4	5	6	7 Çok seviyorum
7. İlişkinizde ne kadar problem var?	1 Hiç yok	2	3	4	5	6	7 Çok fazla var

Siz ya da eşiniz/arkadaşınız ayrılmayı ya da boşanmayı hiç gündeme getirdi mi?

Evet Hayır Eğer evet ise kim? Ben Eşim/arkadaşım İkimiz birden

Eğer evliyseniz, siz ya da eşiniz boşanma için bir avukatla hiç görüştü mü?

Evet Hayır Eğer evet ise kim? Ben Eşim İkimiz birden

Sizin ya da eşinizin artık bu ilişkiden vazgeçtiğini hissediyor musunuz?

Evet Hayır Eğer evet ise kim? Ben Eşim/arkadaşım İkimiz birden

Eşinizle ilişkinizde sizi en çok rahatsız eden, kaygılandıran üç meseleyi sıralayınız (Birinci sırada en çok rahatsız eden, kaygılandıran olmak üzere):

1. _____
2. _____
3. _____

TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİ TUTUM ÖLÇEĞİ

Değerli katılımcı,

Bu ölçekteki cümleler, toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarınızı belirlemek için hazırlanmıştır. Sonuçlar yalnızca araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu cümlelerden hiçbirisinin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Her cümle ile ilgili görüş, kişiden kişiye değişebilir. Bunun için vereceğiniz cevaplar sizin kendi görüşünüzü yansıtmalıdır. Her cümle ile ilgili görüşünüzü belirtirken, önce cümleyi dikkatlice okuyunuz, sonra cümlede belirtilen düşüncenin, sizin düşünce ve duygularınıza ne derecede uygun olduğuna karar veriniz.

Aşağıdaki cümleler size;

hiç uygun değilse “Kesinlikle Katılmıyorum”
 uygun değilse “Katılmıyorum”
 karar veremiyor iseniz “Kararsızım”
 uygunsa “Katılıyorum”
 tamamen uygunsa “Tamamen Katılıyorum” seçeneğini,

cümlenin karşısındaki yerlere aşağıdaki örneğe uygun olarak çarpı işareti (X) koyarak işaretleyiniz. Bir cümleyi okuduktan sonra aklınıza ilk geleni işaretleyiniz ve lütfen bütün cümleleri işaretlemeyi unutmayınız.

Örnek:

Tutum Cümleleri	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
Ailenin parasal harcamaları erkeğin kontrolünde olmalıdır.				X	

Katılımınız için teşekkür ederim.

Tutum İfadeleri	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Kızlar, ekonomik bağımsızlıklarını kazandıklarında ailelerinden ayrı yaşayabilmelidir.					
2. Erkeğin evde her dediği yapılmalıdır.					
3. Kadının yapacağı meslekler ile erkeğin yapacağı meslekler ayrı olmalıdır.					
4. Evlilikte çocuk sahibi olma kararını eşler birlikte vermelidir.					
5. Bir genç kızın evleneceği kişiyi seçmesinde son sözü baba söylemelidir.					
6. Kadının erkek çocuk doğurması onun değerini artırır.					
7. Kadının doğurganlık özelliği nedeniyle, iş başvurularında erkekler tercih edilmelidir.					
8. Ailede ev işleri, eşler arasında eşit paylaşılmalıdır.					

Tutum İfadeleri	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
9. Kadının yaşamıyla ilgili kararları kocası vermelidir.					
10. Kadınlar kocalarıyla anlaşamadıkları konularda tartışmak yerine susmayı tercih etmelidir.					
11. Bir genç kız, evlenene kadar babasının sözünü dinlemelidir.					
12. Ailenin maddi olanaklarından kız ve erkek çocuk eşit yararlanmalıdır.					
13. Çalışma yaşamında kadınlara ve erkeklere eşit ücret ödenmelidir.					
14. Bir erkeğin karısını aldatması normal karşılanmalıdır.					
15. Kadının çocuğu olmuyorsa erkek tekrar evlenmelidir.					
16. Kadının temel görevi anneliktir.					
17. Evin reisi erkektir.					
18. Dul kadın da dul erkek gibi yalnız başına yaşayabilmelidir.					
19. Bir genç kızın, flört etmesine ailesi izin vermelidir.					
20. Ailede kararları eşler birlikte almalıdır.					
21. Bir kadın akşamları tek başına sokağa çıkabilmelidir.					
22. Eşler boşandığında mallar eşit paylaşılmalıdır.					
23. Kız bebeğe pembe, erkek bebeğe mavi renkli giysiler giydirilmelidir.					
24. Erkeğin en önemli görevi evini geçindirmektir.					
25. Erkeğin maddi gücü yeterliyse kadın çalışmamalıdır.					
26. Evlilikte, kadın istemediği zaman cinsel ilişkiyi reddetmelidir.					
27. Mesleki gelişme fırsatlarında kadınlara ve erkeklere eşit haklar tanınmalıdır.					
28. Evlilikte erkeğin öğrenim düzeyi kadından yüksek olmalıdır.					
29. Bir kadın cinsel ilişkiyi evlendikten sonra yaşmalıdır.					
30. Ailede erkek çocuğun öğrenim görmesine öncelik tanınmalıdır.					
31. Erkeğin evleneceği kadın bakire olmalıdır.					
32. Alışveriş yapma, fatura ödeme gibi ev dışı işlerle erkek uğraşmalıdır.					
33. Erkekler statüsü yüksek olan mesleklerde çalışmalıdır.					
34. Ailede kazancın nasıl kullanılacağına erkek karar vermelidir.					
35. Bir erkek gerektiğinde karısını dövmelidir.					
36. Evlilikte gebelikten korunmak sadece kadının sorumluluğudur.					
37. Bir kadın hastaneye gittiğinde kadın doktora muayene olmalıdır.					
38. Evlilikte erkeğin yaşı kadından büyük olmalıdır.					

DEHB AİLE ETKİSİ ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki tabloda birinci sütundaki cümleleri okuyunuz ve anlatılan durumun sizde olup olmadığına karar veriniz. Eğer cümlede anlatılan durum sizde varsa ikinci sütundaki EVET’i, yoksa HAYIR’ı daire içine alınız. YALNIZCA “EVET”İ İŞARETLEDİĞİNİZ DURUMLAR İÇİN “Bu durum eşinize sevilmediğini, önemsiz olduğunu ya da ihmal edildiğini hissettirir mi?” ve “Bu durum evliliğinizi ne kadar olumsuz etkiliyor?” sorularına 1’den 5’e kadar (1= Hiç; 2= Biraz; 3= Orta derecede; 4=Fazla; 5=Çok fazla) şıklarından yalnızca birini daire içine alarak cevap veriniz.

	Bunu yapar mısınız?	Bu durum eşinize sevilmediğini, önemsiz olduğunu ya da ihmal edildiğini hissettirir mi?					Bu durum evliliğinizi ne kadar olumsuz etkiliyor?				
		Hiç	Biraz	Orta derecede	Fazla	Çok fazla	Hiç	Biraz	Orta derecede	Fazla	Çok fazla
1. Benimle konuşulduğunda cevap vermem	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2. Sohbet sırasında ilgim dağılır	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3. Bana söylenenleri hatırlamam	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4. Benimle konuşulurken göz teması kurmakta zorlanırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5. Ev işlerini bitirmem	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6. Her zaman geç kalırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7. Çok fazla vaatte bulunurum	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8. Kısa zamanda çok fazla şey yapmaya çalışırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9. Bir işi aslında mümkün olandan daha kısa sürede tamamlayabileceğimi düşünürüm	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10. Faturaları geç yatırırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
11. Günlük harcamalarımın hesabını tutamam ya da unuturum	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
12. Randevuları ya da diğer sözlerimi unuturum	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
13. Ortalığı dağınık bırakırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
14. Çocuksu davranırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
15. Gerektiğinden çok sabredip sonra birden patlarım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
16. Telefonla konuşurken araya girilirse kafam karışır, dikkatimi veremem	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

	Bunu yapar mısınız?	Bu durum eşinize sevilmediğini, önemsiz olduğunu ya da ihmal edildiğini hissettirir mi?					Bu durum evliliğinizi ne kadar olumsuz etkiliyor?				
		Hiç	Biraz	Orta derecede	Fazla	Çok fazla	Hiç	Biraz	Orta derecede	Fazla	Çok fazla
17. Odadan odaya konuşmayı beceremem, bu durumda dikkatimi veremem	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
18. Basit bir iş için bir yere gönderildiğimde detayları atlarım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
19. Önemsiz meseleler nedeniyle öfkelenirim	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
20. Aynı hataları tekrar tekrar yaparım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
21. Hayal kırıklıklarımın acısını eşimden çıkarırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
22. Hayal kırıklıklarıyla baş etmekte güçlük yaşarım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
23. Tutmayacağım sözler veririm	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
24. Çocuklarımızla ilgilenirken dikkatsiz davranırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
25. Çocuklarımız üzerinde otoritemi kullanamam	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
26. Önceden plan yapmam	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
27. Mutlak bir zaman sınırı konmadıkça işleri tamamlamam	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
28. Bir işe başlamakta zorluk çekerim	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
29. Düzenli olmak için eşime güvenirim	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
30. İşin ortasında plan değiştiririm	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
31. Düşünmeden konuşurum	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
32. Birkaç işi aynı anda takip etmekte zorlanırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
33. Uzun süre hareketsiz oturamam	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
34. Hemen sıkılırım	HAYIR EVET	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5