

Մարմնի դիսմորֆիկ խանգարման հարցաշար (BDDQ)

Անուն _____

Ամսաթիվ _____

Այս հարցաթերթիկը վերաբերում է արտաքին տեսքի վերաբերյալ անհանգստություններին: Խնդրում ենք ուշադիր կարդալ յուրաքանչյուր հարցը և վերցնել շրջանի մեջ այն պատասխանը, որը համապատասխանում է Ձեր վիճակին: Անհրաժեշտության դեպքում խնդրում ենք լրացնել բաց թողնված հատվածները:

1) Արդյո՞ք մտահոգված եք Ձեր արտաքին տեսքով:

Այո _____ Ոչ _____

– **Եթե այո՝** արդյո՞ք շատ եք մտածում Ձեր արտաքինի հետ կապված խնդիրների մասին և կցանկանայի՞ք, որ այդ մտքերը պակասեին: Այո _____ Ոչ _____

– **Եթե այո,** խնդրում ենք նշեք այն մարմնի հատվածները, որոնք Ձեզ դուր չեն գալիս՝

Արտաքինի հետ կապված անհանգստությունն առաջացնող տարածքների օրինակներ են՝ մաշկը (օրինակ՝ պզուկներ, սպիներ, կնճիռներ, գունատություն, կարմրություն), մազերը, քթի, բերանի, ծնոտի, շուրթերի, որովայնի, ազդրերի ձևը կամ չափը, ինչպես նաև ձեռքերի, սեռական օրգանների, կրծքերի կամ մարմնի ցանկացած այլ հատվածի հետ կապված թերություններ:

ՆՇՈՒՄ. Եթե վերևում նշված երկու հարցերից որևէ մեկին պատասխանել եք «Ոչ», ապա հարցաթերթիկը ավարտված է Ձեզ համար: Հակառակ դեպքում, խնդրում ենք շարունակել:

2) Արդյո՞ք Ձեր արտաքինի հետ կապված հիմնական մտահոգությունն այն է, որ բավականաչափ նիհար չեք կամ կարող եք շատ գիրանալ: Այո _____ Ոչ _____

3) Ինչպե՞ս է արտաքինի հետ կապված այս խնդիրը ազդել Ձեր կյանքի վրա:

• Արդյո՞ք այն հաճախ է Ձեզ զգալիորեն հուզել: Այո _____ Ոչ _____

• Արդյո՞ք այն հաճախ է խանգարել ընկերների հետ շփմանը, ժամադրություններին, հարաբերություններին կամ սոցիալական ակտիվությանը: Այո _____ Ոչ _____

– **Եթե այո՝** նկարագրե՞ք ինչպես

-
-
- Արդյո՞ք այն խնդիրներ է առաջացրել դպրոցի, աշխատանքի կամ այլ գործունեությունների ընթացքում:

– **Եթե այո՝** ի՞նչ խնդիրներ

-
-
- Կա՞ն բաներ, որոնք խուսափում եք անել Ձեր արտաքինի պատճառով:

– **Եթե այո՝** ի՞նչեր՝

4) Միջինում օրվա ընթացքում որքան ժամանակ եք անցկացնում Ձեր արտաքինի մասին մտածելով:

(Հաշվեք ընդհանուր ժամանակը, որը ծախսում եք մեկ օրվա ընթացքում, այնուհետև շրջանակի մեջ վերցրեք համապատասխան տարբերակը):

(ա) Օրական 1 ժամից քիչ (բ) Օրական 1–3 ժամ (գ) Օրական ավելի քան 3 ժամ

Այս հարցաշարը պատրաստվել է Եվրոպական միության կողմից ֆինանսավորվող «Իրավունքներ, ծառայություններ եւ մասնակցություն. Հայաստանում հոգեկան առողջության համապարփակ շրջանակի խթանում» եռամյա ծրագրի շրջանակում: Ծրագիրն իրականացվում է Հելսինկյան քաղաքացիական ասամբլեայի Վանաձորի գրասենյակի, Ժողովրդավարության զարգացման հիմնադրամի, «Հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների օրակարգ» ՀԿ-ի եւ Հոգեկան առողջության հայկական ասոցիացիայի կողմից:

Բովանդակության համար ամբողջությամբ պատասխանատու է Հոգեկան առողջության հայկական ասոցիացիան, եւ պարտադիր չէ, որ այն արտացոլի Եվրոպական միության տեսակետները: