

Code \_\_\_\_\_ (für wiederholte Messungen, z.B. nach Therapie) Datum \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_ Einrichtung (mehr als 8 Bewohner) O Wohngruppe O Pflegefamilie O (Zutreffendes ankreuzen)

**RETROS-JS** REgensburger Jugendlichen- TRauma-Risiko-Score (Version 5 Farsi - Dari)Unterstützen Sie die Weiterentwicklung dieses Tests – Anonymisierte, ausgefüllte Bögen an die **0941 9447377** faxen (Abt. für Psychosomatik, Universitätsklinikum Regensburg) oder einfach Foto vom ausgefüllten Bogen an die **traumahelfer@gmail.com** schicken. Danke!

|  |   |                              |                                |
|--|---|------------------------------|--------------------------------|
| <b>Jugendliche: Selbstauskunft</b><br>نوجوان: اطلاعات خودش | geeignet von 14 bis 21 Jahre<br>برای سنین 14 الی 21 | <b>m o w o</b><br>O زن O مرد | <b>Alter</b> _____<br>سن _____ |
|--|---|------------------------------|--------------------------------|

|  |  |
|--|--|
| <b>Nimmst Du Medikamente? ja o nein o</b><br>دارو(دوا) استفاده می کنی؟ بلی O خیر O | Wenn ja, bitte Name des/der Medikaments(e), Dosierung und seit wann? auf der Rückseite notieren.<br>اگر دارو استفاده می کنی، لطفا اسم دارو، مقدار و وقت مصرف (از کدام تاریخ) را در عقب صفحه درج کنی. |
|--|--|

| Ja   | möglicher-<br>weise | Nein | Kann ich<br>nicht<br>beurteilen | Bitte Zutreffendes ankreuzen<br>لطفا جواب مربوطه را نشانی کنید  |    |
|--|---------------------|------|---------------------------------|---|----|
|  |                     |      |                                 | Hast Du selbst ein Trauma (körperliche Gewalt, sexuelle Gewalt, Krieg, Erdbeben, schwerer Unfall etc.) erlebt?<br>تراوما(اذیت جسمی، اذیت جنسی، جنگ، زمین لرزه، حادثه شدید ترافیکی) را تجربه کرده ای؟                              | 1  |
|  |                     |      |                                 | Gab es ein Trauma bei Familienangehörigen?<br>آیا فردی در خانواده ات مبتلا به تراوما می باشد؟   | 2  |
|  |                     |      |                                 | Hast du bei anderen Trauma miterlebt?<br>آیا در فرد دیگری تراوما را تجربه کرده ای؟  | 3  |
| <b>Fragen immer bezogen auf die Gleichaltrigen bewerten, bezogen auf die letzten sechs Monate:</b><br>طرح سوالات مربوطه به ارزیابی افراد همسن و سال در شش ماه گذشته: |                     |      |                                 |   |    |
|  |                     |      |                                 | Glaubst Du, dass du mehr Spaß machst als deine Altersgenossen?<br>فکر میکنی نسبت به رفقای همسن و سال خود زیاتر لذت میبری؟   | 4  |
|  |                     |      |                                 | Träumst Du häufiger als die Gleichaltrigen in den Tag hinein?<br>در طول روز نسبت به همسن و سال هایت، زیاد تر خواب می بینی؟  | 5  |
|  |                     |      |                                 | Hast Du Schwierigkeiten, Dich zu konzentrieren?<br>مشکل تمرکز فکری داری؟ نمی توانی دقت کنی؟   | 6  |
|  |                     |      |                                 | Bist du vergesslich, z.B. Versprechen, Treffen, Verabredungen?<br>آیا فراموش کار استی مثلا، وعده خلافی، ملاقات ها را فراموش می کنی؟   | 7  |
|  |                     |      |                                 | Bist Du eher chaotisch, unorganisiert?<br>بیشتر بی سلیقه و بی نظم استی؟   | 8  |
|  |                     |      |                                 | Fühlst Du dich häufig innerlich unruhig?<br>خود را بیشتر از درون نارام حس میکنی؟  | 9  |
|  |                     |      |                                 | Kannst Du dich schlecht entscheiden oder nicht bei einer Entscheidung bleiben?<br>آیا در تصمیم گیری مشکل داری؟ و یا نمی توانی بالای تصمیم ات باقی بمانی؟  | 10 |
|  |                     |      |                                 | Bist du mehr als andere körperlich oder verbal aggressiv?<br>آیا از لحاظ جسمی و یا زبانی نسبت به دیگران، تهاجمی و خشن عمل میکنی؟  | 11 |
|  |                     |      |                                 | Schweifst Du häufiger gedanklich ab?<br>آیا سرگردانی ذهنی داری؟   | 12 |
|  |                     |      |                                 | Bist Du Lärm-/Geruchs-/Berührungs-empfindlich?<br>آیا به سرو صدا/ بو/ لمس حساس استی؟  | 13 |
|  |                     |      |                                 | Bist Du schnell reizbar?<br>آیا تحریک پذیر(اندک رنج) استی؟  | 14 |
|  |                     |      |                                 | Neigst Du zu Wutausbrüchen?<br>آیا به خشم تمایل داری؟   | 15 |
|  |                     |      |                                 | Bist Du häufig schreckhaft?<br>آیا زیاد مضطرب(تشویش) استی؟  | 16 |
|  |                     |      |                                 | Traust Du Dir eher weniger zu?<br>به خود کمتر اعتماد داری؟  | 17 |
|  |                     |      |                                 | Lügst Du häufiger?<br>زیاد دروغگو استی؟   | 18 |
|  |                     |      |                                 | Bist Du eher misstrauisch?<br>آیا قابل اعتماد نیستی؟  | 19 |
|  |                     |      |                                 | Begibst Du dich öfter in gefährliche/bedrohliche Situationen?<br>در موارد خطر/تهدید بیشتر وارد عمل می شوی؟  | 20 |
|  |                     |      |                                 | Suchst Du aktiv gefährliche Situationen?<br>آیا دنبال موقعیت های خطرناک استی؟   | 21 |
|  |                     |      |                                 | Verletzt Du Dich selbst?<br>آیا به خود آسیب میرسانی؟  | 22 |
|  |                     |      |                                 | Isst Du deutlich mehr als andere oder deutlich weniger, isst du ungewöhnliche Speisen oder musst Du häufiger erbrechen?<br>آیا نسبت به دیگران پرخور تر و یا کم خور استی و یا غذا های خلاف میل صرف می کنی و یا اکثرا استفراغ داری؟ | 23 |
|  |                     |      |                                 | Kannst Du nicht einschlafen und/oder durchschlafen? Oder hast Du Alpträume? Oder schlafwandelst Du manchmal?<br>آیا نمی توانی زود تر به خواب بروی/ و یا خوب بخوابی؟ یا خواب های بد(کابوس) می بینی؟ و یا در خواب راه می روی        | 24 |
|  |                     |      |                                 | Hast du körperliche Beschwerden?(wie z.B. Kopfschmerzen, Bauchschmerzen<br>آیا بیماری جسمی داری؟ (مثلا. سردردی، دل دردی)  | 25 |

**SUMME der JA-Antworten** مجموع نمرات جواب های "بلی"

ارزیابی: نمرات جواب های "بلی" ر. Auswertung: Ja-Antworten addieren - Je höher die Anzahl, desto wahrscheinlicher ist eine Traumafolgestörung. جمع کنی. به هر اندازه یکه نمرات بالا باشد، احتمال اختلال ناشی از تراوما بیشتر است.