

Scala delle Esperienze Familiari nell' Infanzia (EFI)

Anabel Gonzalez, Dolores Mosquera & Andrew M. Leeds (2010)

Queste domande si rivolgono ai caregivers principali che ha avuto dalla sua nascita ai 15 anni di età. Se per qualunque motivo, non è stato cresciuto dai genitori per favore, spieghi brevemente e annoti quali persone si sono occupate di lei quando era bambino, fino ai 15 anni di età. In seguito risponda alle domande facendo riferimento a queste persone. Risponda riferendosi unicamente alla famiglia con cui è cresciuto o con la quale ha vissuto, ma non ai familiari con i quali ha avuto altri tipi di relazioni.

Se non è stato accudito sempre dalle stesse persone, lo comunichi al terapeuta al fine di stabilire come compilare la scala.

Per rispondere segni con un cerchio la percentuale approssimativa che in ogni frase rappresenta la sua esperienza.

Nome

Età Data

Con quali persone è cresciuto

.....

Ho trascorso un periodo lontano dai miei genitori o dalle persone che abitualmente si occupavano di me

Si ___ No ___

Annotare il periodo: circa _____ giorni

Quanti anni aveva quando accadde questo _____ anni

Ci furono cambiamenti in riferimento alle persone con le quali viveva da piccolo.....

Per quale motivo

.....
.....

Se questo successe (cambiamenti), a che età accadde.....

- 1. Nella mia famiglia mi dimostravano frequentemente quanto mi volevano bene**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 2. Un bravo figlio non parla mai male dei suoi genitori**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 3. Non ricordo nulla della mia infanzia dopo i 5 anni**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 4. Da bambino ero io che mi dovevo occupare dei miei genitori o della mia famiglia**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 5. Mi gratificavano quando facevo bene le cose**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 6. Una persona importante della mia famiglia morì prima che io avessi compiuto 5 anni**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 7. Non mi sento bene a parlare con altre persone di ciò che succedeva nella mia famiglia**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 8. Nessuno si rendeva conto di quello che mi succedeva o di come io mi sentivo**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 9. Nella mia famiglia mi facevano sentire importante e speciale**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 10. Mi rimproveravano per tutto**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 11. Non sapevo mai cosa si aspettavano da me**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 12. In casa succedevano tante cose a tal punto che io cercavo di diventare invisibile**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 13. Io ero il bambino preferito dei miei genitori, sia rispetto ai miei fratelli sia agli altri bambini**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 14. Ci sono state molte malattie tra i miei familiari**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 15. Nella mia casa si rideva e ci divertivamo**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 16. Io non ho avuto una vera infanzia**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
- 17. Mi punivano ingiustamente**
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

18. Nella mia famiglia erano più preoccupati dei loro bisogno piuttosto che dei miei

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

19. Nella mia famiglia mi proteggevano in modo eccessivo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

20. Sono stato molto malato o mi sono ammalato molte volte da piccolo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

21. Qualunque cosa facessi, non era mai abbastanza per la mia famiglia

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

22. A casa mia solitamente ci scambiavamo baci e abbracci, l'affetto si dimostrava fisicamente

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

23. Ci sono molte cose della mia infanzia e della mia famiglia che non posso e non voglio raccontare a nessuno.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

24. Mi riputavano spesso inutile, stupido, cattivo, superficiale o cose simili.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

25. Mi trattavano in modo peggiore rispetto ai miei fratelli o agli altri bambini.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

26. Mi picchiavano se facevo qualcosa di sbagliato

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

27. Mi picchiavano senza alcun motivo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

28. Nella mia famiglia discutevano molto tra loro a tal punto che non potevano occuparsi di me

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

29. Io dovevo occuparmi dei miei fratelli

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

30. Ho trascorso un periodo della mia infanzia chiuso in casa o all'interno di un istituto

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

31. Sebbene i miei genitori o le persone che si prendevano cura di me erano presenti in casa, tuttavia a livello emotivo era come se non ci fossero.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

32. Mi facevano sentire colpevole.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

33. Posso dire che nella mia famiglia sapevano godersi la vita

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

34. Nella mia famiglia diventavano nervosi e ansiosi nonostante io mi prendessi cura di loro e cercassi di non farli preoccupare.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

35. Uno dei miei genitori o una delle persone con cui sono cresciuto era una persona davvero molto violenta

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

36. Nella mia casa c'erano grida costantemente

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

37. A casa mia mi facevo i fatti miei e facevo ciò che volevo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

38. Dovevo sempre guadagnarmi l'affetto della mia famiglia

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

39. Dovetti assumermi delle responsabilità maggiori rispetto a quelle consone alla mia età.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

40. Un membro della mia famiglia mi picchiava o mi maltrattava fisicamente

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

41. Fui vittima di abusi sessuali

Si No

Non sono sicuro se accadde o no

Segnare il grado di vicinanza che aveva con la persona che abusò di lei:

Era un perfetto sconosciuto

Era una delle persone più vicine (padre, madre o caregiver principale)



0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

42. Ci sono state persone nella mia famiglia che mi facevano sentire importante e speciale

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

43. Nella mia famiglia mi supportavano quando commettevo degli errori o mi uscivano male le cose

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

44. Da bambino stavo poco con la mia famiglia, ho trascorso molto tempo negli spazi per bimbi-asili, collegi o con baby-sitter o persone sconosciute alla famiglia.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

45. Mi sono sentito molto amato da piccolo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

46. Mi sono sentito rispettato da piccolo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

47. La mia famiglia si preoccupava per me e mostrava interesse quando mi succedeva qualcosa.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

48. A casa mia si parlava di sentimenti apertamente

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

49. Da piccolo potevo essere triste e arrabbiarmi

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

50. Se avevo qualche problema lo raccontavo quando tornavo a casa

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

51. Quando avevo qualcosa di importante da raccontare mi sentivo ascoltato

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

52. So che mi volevano bene però la mia famiglia aveva molti problemi e non potevano accudirmi come avrebbero voluto.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

53. Morì una persona importante della famiglia prima che io avessi compiuto 15 anni

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

54. Alla mia famiglia non piaceva come ero fatto io

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

55. Nella mia famiglia non mi ritenevano capace di fare le cose da solo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

56. Nella mia famiglia si preoccupavano in modo eccessivo per me

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

57. Mi confrontavano sempre con i miei fratelli o altri bambini.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

58. Nella mia famiglia volevano che fossi quello che io ero e che facessi quello che facevo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

59. A volte mi sentivo confuso su quello che sentivo poiché gli adulti mi dicevano che sentivo qualcosa di diverso.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

60. Mi sono sentito ridicolizzato dalla mia famiglia nell'esprimere un'idea o un'emozione

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

61. A casa mia i problemi si risolvevano in modo tranquillo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

62. Qualcuno della mia famiglia si metteva a piangere o si mostrava arrabbiato se io non mi sentivo bene

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

63. A casa mia sapevo a cosa attenermi, le reazioni degli altri erano prevedibili per me.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

64. Le norme stabilite in famiglia cambiavano con frequenza

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

65. Sentivo che mi prestavano attenzione solo quando ottenevo buoni voti o emergevo in alcune attività.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

66. Mi hanno insegnato ad apprendere dagli errori, quando sbagliavo mi spiegavano in che modo fare le cose.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

67. A casa mia si praticava "il silenzio" come castigo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

68. Da piccolo mi sentivo invisibile in molte occasioni

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

69. Ho imparato ad occuparmi di me stesso da quando ero piccolo (a cucinarmi, le faccende domestiche, ecc.)

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

70. Quando andavo a casa dei miei amici pensavo: perché non può essere così la mia famiglia?

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

71. Da piccolo ho sentito che le mie preoccupazioni interessavano agli altri

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

72. Facevo fatica a distinguere quando nella mia famiglia erano arrabbiati o disgustati

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

73. Da piccolo cercavo di catturare l'attenzione della mia famiglia nonostante sapessi che questo poteva comportare per me una punizione.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

74. Da piccolo mi sentivo molto insicuro

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

75. Nonostante non facessi nulla di male, ero tenuto a chiedere scusa frequentemente

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

76. Per molto tempo ho cercato di essere il bambino "perfetto"

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

77. La mia famiglia mi spronava a risolvere i problemi autonomamente anche se comunque potevo contare sul loro appoggio se ne avevo bisogno.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

78. La mia famiglia era solita risolvere i miei problemi al posto mio

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

79. Ho assistito frequentemente a un membro adulto della mia famiglia ubriaco

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

80. Ho smesso di andare a scuola per accudire un membro della mia famiglia o per svolgere alcune faccende della casa.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

81. Ho assistito a situazioni in cui una persona della mia famiglia si procurava danni fisici

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

82. Mi sono sentito a disagio alla vista di atteggiamenti eccessivamente affettuosi e/o sessuali a casa mia.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

83. Sentivo che mi volevano bene solo quando mi comportavo bene o ero obbediente

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

84. A casa mia non ho mai potuto raccontare le cose peggiori che mi sono successe da piccolo

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

85. Gli adulti raccontavano a me i loro problemi

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

86. La persona che mi accudiva è stata gravemente depressa o turbata nella mia infanzia

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

87. Molte volte mi sono trovato in mezzo alle discussioni o ai problemi dei grandi

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

88. Mi davano messaggi contraddittori, mi dicevano una cosa però a livello emotivo mi trasmettevano l'opposto

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

89. Gli adulti non raggiungevano un accordo sulle regole da rispettare in casa o su come dovevo comportarmi.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

90. Mi sentivo protetto dalla mia famiglia

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

91. Per favore, scriva qui di seguito qualsiasi esperienza che ha avuto da bambino o da adolescente di cui non si è tenuto conto nelle domande precedenti.

.....
.....
.....
.....
.....
.....

92. Per favore scriva qui di seguito qualsiasi esperienza negativa o positiva successa al di fuori dell'ambito familiare che ritenga possa essere rilevante.

.....
.....
.....
.....
.....
.....