

不良童年经历 (ACE) 调查问卷

了解您的 ACE 分数

在您的成长过程中，在您出生后的前 18 年中：

1. 父母或家中的其他成年人是否**经常**.....对您辱骂、侮辱、贬低或羞辱您？

或者

做出让您害怕可能会受到身体伤害的行为？

2. 父母或家中的其他成年人是否**经常**推您、抓您、掴掌您或向您扔东西？

或者

是否**曾经**狠狠地打过您，以至于您身上有伤痕或受伤？

3. 是否**曾经**有成年人或比您年长至少 5

岁的人.....触摸或抚摸您，或让您以性方式触摸他们的身体？

或者

试图或实际上与您进行口交、肛交或阴道性交？

4. 您是否**经常**觉得.....

家里没有人爱您或者认为您很重要或很特别？

或者

您的家人没有互相照顾、互相亲近或互相支持？

5. 您是否**经常**感到.....吃不饱饭，不得不穿脏衣服，没有人保护您？

或者

您的父母酗酒或嗑药，无法照顾您或在您需要时带您去看医生？

6. 您的父母是否**曾经**分居或离婚？

7. 您的母亲或继母是否：

经常被推、抓、打耳光或被扔东西？

或者

有时或经常被踢、咬、用拳头打或用硬物击打？

或者

是否**曾经**被反复殴打过至少几分钟，或被用枪或刀威胁过？

8. 您是否与有酗酒问题或使用街头毒品的人同住？

9. 是否有家庭成员患有抑郁症或精神疾病，或者是否有家庭成员试图自杀？

10. 是否有家庭成员入狱？

现在将回答“是”的总数相加：_____ 这就是您的 ACE 分数