

Bảng Câu Hỏi về Trải Nghiệm Tồn Thương Thời Thơ Ấu (ACE)

Xác định Điểm ACE của quý vị

Khi quý vị còn nhỏ, trong 18 năm đầu đời:

1. Cha mẹ hoặc người lớn khác trong hộ gia đình có **thường xuyên**... Chửi thề, xúc phạm, hạ thấp hoặc làm nhục quý vị không?

hoặc

Hành động theo cách khiến quý vị sợ rằng mình có thể bị tổn thương về mặt thể xác không?

2. Cha mẹ hoặc người lớn khác trong hộ gia đình có **thường xuyên**... Đẩy, tóm, tát hoặc ném thứ gì đó vào quý vị không?

hoặc

Quý vị đã **bao giờ** bị đánh mạnh đến mức để lại vết hằn hoặc bị thương chưa?

3. Người lớn hoặc người lớn hơn quý vị ít nhất 5 tuổi có **từng**...Chạm hoặc vuốt ve quý vị hoặc bắt quý vị chạm vào cơ thể họ theo cách khiêu dâm không?

hoặc

Có ý định hoặc thực tế là đã quan hệ tình dục bằng miệng, hậu môn hoặc âm đạo với quý vị không?

4. Quý vị có **thường xuyên** cảm thấy rằng...

Không ai trong gia đình yêu thương quý vị hoặc nghĩ rằng quý vị quan trọng hay đặc biệt không?

hoặc

Gia đình quý vị không quan tâm đến nhau, không gần gũi với nhau hoặc không hỗ trợ lẫn nhau?

5. Quý vị có **thường xuyên** cảm thấy rằng...Quý vị không có đủ thức ăn, phải mặc quần áo bẩn và không có ai bảo vệ quý vị không?

hoặc

Cha mẹ quý vị quá say xỉn hoặc phê thuốc nên không thể chăm sóc quý vị hoặc đưa quý vị đi khám bác sĩ khi quý vị cần không?

6. Cha mẹ quý vị có **từng** ly thân hoặc ly hôn không?

7. Mẹ hoặc mẹ kế của quý vị có:

Thường xuyên bị đẩy, tóm, tát hoặc bị ném thứ gì đó vào người không?

hoặc

Thỉnh thoảng hoặc thường xuyên bị đá, cắn, bị đâm hoặc bị đánh bằng đồ vật cứng không?

hoặc

Đã bao giờ bị đánh liên tục trong ít nhất vài phút hoặc bị đe dọa bằng súng hay dao chưa?

8. Quý vị có sống chung với người nào uống nhiều rượu, nghiện rượu hoặc sử dụng ma túy không?

9. Có thành viên nào trong hộ gia đình bị trầm cảm hoặc mắc bệnh tâm thần hoặc có thành viên nào trong hộ gia đình có gắng gượng tự tử không?

10. Có thành viên nào trong hộ gia đình đã từng đi tù không?

Giờ hãy cộng tổng số câu trả lời “Có”: _____ Đây chính là Điểm ACE của quý vị