

Initialer□□□ Familienummer□□□ Din plassering i familien_____

Beskrivelse av familien din

(Dato___/___/___)

Vi vil gjerne at du forteller oss om hvordan du oppfatter familien din for øyeblikket. Vi ber altså om å få ditt syn på familien din.

Når man sier "familie" tenker man ofte på de menneskene man bor sammen med. **Vi vil derimot at du selv skal velge hvem du vil inkludere i familien du skal beskrive.**

For hver påstand merker du valget ditt ved å krysse av en av rutene nummerert 1 til 5. Dersom en påstand er at "vi krangler alltid" og du føler at denne beskrivelsen ikke passer spesielt godt for din familie, så krysser du av i rute nummer 4 for "beskriver oss ikke godt".

| | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|

Ikke bruk for lang tenketid, men prøv å sette et kryss for hver påstand.

| For hver linje, vil du si at dette beskriver din familie: | 1. Beskriver oss veldig godt | 2. Beskriver oss godt | 3. Beskriver oss delvis | 4. Beskriver oss ikke godt | 5. Beskriver oss ikke i det hele tatt |
|---|------------------------------|-----------------------|-------------------------|----------------------------|---------------------------------------|
| | | | | | |
| 1) I min familie snakker vi sammen om ting som er viktig for oss | x | | | | |
| 2) I min familie hender det ofte at vi ikke forteller hverandre sannheten | x | | | | |
| 3) I min familie blir alle lyttet til | x | | | | |
| 4) I min familie føles det utrygt å være uenig | x | | | | |
| 5) Vi synes det er vanskelig å takle hverdagsproblemer | x | | | | |
| 6) Vi stoler på hverandre | x | | | | |
| 7) Det føles håpløst i vår familie | | | | | |
| 8) Når noen i min familie blir sinte så ignorerer vi hverandre med vilje | | | | | |
| 9) Det virker som vi går fra krise til krise i familien min | | | | | |
| 10) Når en av oss er lei seg blir han/hun tatt vare på i familien | | | | | |
| 11) Det virker som om alt går galt i familien min | | | | | |
| 12) I familien min er folk stygge med hverandre | | | | | |
| 13) I familien min blander man seg for mye inn i hverandres liv | | | | | |
| 14) I familien min skylder vi på hverandre når noe går galt | | | | | |
| 15) Vi er flinke til å finne nye måter å mestre det som er vanskelig. | | | | | |

Vennligst snu arket og fortell oss litt mer om familien din.

TAKK FOR DIN DELTAKELSE

SCORE 15- © Association for Family Therapy www.aft.org.uk

