## Shema upitnik za decu (DISC)

uzrasta od 8 do 14 godina

Ime/Šifra....................................................... Današnji datum:.....................................

Ja sam

□ Dečak

□ Devojčica

Zdravo! Ovaj upitnik se odnosi na tipična osećanja i ponašanja kod dece. Radoznali smo kakva su tvoja iskustva. Ne postoje ispravni i pogrešni odgovori. Molimo te da iskreno odgovaraš. Ako ne želiš da odgovoriš na pitanje možeš ga ostaviti nepopunjeno i preći na sledeće. Učešće je dobrovoljno i možeš da prekineš u bilo kom trenutku. Kako ovo funkcioniše: dete na slici je dobilo poklon kojim nije zadovoljno. On ili ona su tužni. Pročitaj pažljivo rečenice ispod (A i B) i označi odgovore koji se odnose na tebe pored svakog pitanja.

Primer: pogrešan poklon

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kakva su tvoja iskustva sa dobijanjem poklona? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Srećan sam sa poklonima koje dobijem |  |  |  |  |
| 1. Tužan sam jer sam očekivao veći poklon |  |  |  |  |

Neke rečenice opisuju divne stvari (primer A), neke ne tako lepe (primer B). Molimo te da pročitaš rečenice pažljivo da bi ih pravilno razumeo. Na sledećim stranicama ćeš videti 18 slika. Za svaku sliku postoje dve tvrdnje. Pitanje je uvek koliko često se ove misli ili osećanja javljaju kod tebe. Molimo te da označiš samo jedan odgovor od ponuđenih. Krstić kojim ćeš označiti odgovor treba da stoji na sredini kvadratića, ne sa strane. Ako imaš neko pitanje ne ustručavaj se da pitaš.

„Kada treba da radim domaći, često radim nešto u čemu više uživam umesto toga. Kada jednom ipak počnem često prekidam svoj rad“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Brzo se uznemirim ako nešto zahteva više vremena da se uradi nego što sam planirao |  |  |  |  |
| 1. Ne mogu da podnesem da nešto čekam |  |  |  |  |

„Moja prijateljstva me često puno koštaju. Često se ne usuđujem da iznesem svoje mišljenje. Tada radim ono što drugi zahtevaju od mene“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Puštam druge ljude da odlučuju jer ne želim da se svađam sa njima. |  |  |  |  |
| 1. Mišljenje drugih ljudi mi je važnije od mog sopstvenog mišljenja. |  |  |  |  |

„Kladim se da me ismevaju“

Dete želi da se igra sa drugom decom. Međutim, on ili ona misli da drugi ne žele isto. Dete im ne veruje.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Mislim da će me drugovi izdati pre ili kasnije. |  |  |  |  |
| 1. Mislim da me drugi ljudi iskorištavaju. |  |  |  |  |

„Često se osećam bezvredno jer imam poteškoća sa nekim stvarima. Verovatno se tada ni drugima ne sviđam“

Deca se ponekad osećaju bezvredno kada naprave grešku ili razočaraju druge.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Ne razumem kako nekome mogu da se dopadnem. |  |  |  |  |
| 1. Nisam vredan ljubavi. |  |  |  |  |

„Nekada imam osećaj da se nikome ne sviđam. Verujem da razmišljam i osećam se drugačije nego drugi ljudi“

Deca se nekada povlače zbog ovakvih razmišljanja i osećanja.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Ne volim da provodim vreme sa drugim ljudima. |  |  |  |  |
| 1. Pre bih bio sam nego da se pridružim nekoj grupi. |  |  |  |  |

„Često osećam da sam mali i nedovoljno hrabar da uradim dosta stvari“

Ovo dete je jako nesigurno.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Treba mi mnogo pomoći u svakodnevnim obavezama, inače postanem preopterećen. |  |  |  |  |
| 1. Bez pomoći roditelja teško mogu bilo šta da uradim. |  |  |  |  |

Ponovo sam dobio lošu ocenu. Nekada mislim da sam potpuni promašaj“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Bez obzira na to koliko se trudim u školi drugi su uvek bolji od mene. |  |  |  |  |
| 1. Moje postignuće je loše i uvek će biti tako. |  |  |  |  |

Neka deca očekuju da će im se strašne stvari desiti (na primer na petak 13. Ili kada im crna mačka pređe put). Plaše se da će se razboleti ili da će njihove porodice osiromašiti.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Imam osećaj da svaki trenutak može da se pretvori u katastrofu. |  |  |  |  |
| 1. Plašim se da nešto loše može da se desi. |  |  |  |  |

„Često vidim da su moji roditelji tužni ili ljuti jer se neko loše ponašao ili se nešto loše desilo. Tada često tešim svoje roditelje , kao na slici ispod, tako što dajem svojoj majci, koja plače, maramicu. Međutim, nekada su i moji sopstveni problemi previše za mene“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Kada moji roditelji imaju probleme automatski se osetim loše. |  |  |  |  |
| 1. Osećam se odgovornim za živote mojih roditelja. |  |  |  |  |

„Često mislim da pravila koja važe za druge ljude ne važe i za mene. Kada nešto zaista želim teško mi je da se zaustavim: teško mi je da prihvatim NE kao odgovor“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Drugi me nazivaju onim koji uvek sve zna najbolje. |  |  |  |  |
| 1. Drugi treba da rade ono što ja želim. |  |  |  |  |

„Joj, ovo je zabolelo!“ Dete je palo niz stepenice, a roditelji to nisu ni primetili. Ako se tako nešto dešava detetu, on ili ina nekada imaju doživljaj da niko zaista ne brine o njemu/njoj i da on ili ona možda nisu voljeni.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Ne dobijam nikakvu pažnju ni ljubav. |  |  |  |  |
| 1. Niko zapravo ne izdvaja vreme za mene. |  |  |  |  |

„Ovo je čudno. Po svu decu je neko došao. Sem po mene“

Deca nekada misle da njima bliski ljudi neće biti tu kada su im neophodni.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Siguran sam da će moja porodica i prijatelji uvek biti tu za mene. |  |  |  |  |
| 1. Verujem da će moja porodica i prijatelji biti na mojoj strani u svakoj situaciji. |  |  |  |  |

„Ako nekome ne ide dobro, ja mu pomažem. Većinom sam ja taj koji pomaže drugima. Drugi nekada to koriste“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Ako me zamoliš za pomoć ja ću sve uraditi, čak i ako mi to ne odgovara. |  |  |  |  |
| 1. Nemam vremena za sebe, jer brinem o drugima sve vreme. |  |  |  |  |

„Važno mi je da sam jedan od najpopularnijih ili najlepših među mojim vršnjacima. Bez posebnog priznanja od strane drugih ne osećam se prijatno“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Važno mi je da ljudi oko mene govore kako sam sjajan. Ako nije tako, ne osećam se dobro. |  |  |  |  |
| 1. Posedovanje markirane odeće i poznavanje kul ljudi mi daje osećaj posebnosti. |  |  |  |  |

Neka deca imaju mnogo amajlija kao što je prase koje donosi sreću, detelina sa četiri lista, potkovica ili čak zamišljaju dimnjičara. Bez toga, veruju da će ih stalno pratiti nesreća“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Većina stvari u mom životu je loša ili će postati loša. |  |  |  |  |
| 1. Nisam dobar u donošenju odluka jer se plašim posledica. |  |  |  |  |

„Postoje trenuci kada ne znam kako da pokažem svoja osećanja , recimo kada se druga deca raduju i slave. Tada ne mogu u potpunosti da delim njihovu radost“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Pokazivanje osećanja je potpuno sramotno. |  |  |  |  |
| 1. Drugi ne treba da znaju kada sam uplašen, ljut ili tužan. |  |  |  |  |

„Ponekada napravim greške. Tada mi dođe da svu kosu počupam sa glave. Ako neko pogreši mora da bude kažnjen“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Ako pravim greške zaslužujem da budem kažnjen. |  |  |  |  |
| 1. Kazna mora da postoji. Ovo se odnosi na sve koji prave greške, bez obzira da li je to bilo slučajno ili namerno |  |  |  |  |

„Samo želim da budem najbolji. Ako sam drugi osećam se loše“

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šta je sa tobom? | Odnosi se na mene | | | |
|  | Uvek | Često | Retko | Nikad |
| 1. Vršim veliki pritisak na sebe da pokažem sebi i drugima koliko sam dobar. |  |  |  |  |
| 1. Najvažnija stvar u mom životu je da budem dobar đak. |  |  |  |  |

Kraj

Završio si. Molimo te da još jednom proveriš da li stavio krstić kod svakog pitanja. Ako si stavio krstić između dva kvadratića, molim te odluči kom kvadratiću krstić pripada. Međutim, ako ne želiš da odgovoriš na pitanje možeš samo da ostaviš pitanje bez odgovora ili da precrtaš svoj odgovor.

Hvala ti na učešću. Ako imaš neka pitanja slobodno pitaj.