

Mellékletek:

A CYRM-28 reziliencia skála magyar adaptációja

Kérlek osztályozd 1-5-ig, mennyire jellemzőek rád az alábbi állítások!

1 - egyáltalán nem igaz 2 - ritkán igaz 3 - néha igaz 4 - gyakran igaz 5 - tökéletesen igaz

	1	2	3	4	5
1. Vannak olyan emberek, akikre felnézek.					
2. Együttműködöm a körülöttem lévő emberekkel.					
3. Fontos számomra, hogy végzettséget szerezzek					
4. Tudom, hogyan viselkedjek különböző társas helyzetekben.					
5. Szüleim/gondviselőim odafigyelnek rám.					
6. Szüleim/gondviselőim sokat tudnak rólam.					
7. Ha éhes vagyok, van elegendő étel.					
8. Próbálok befejezni, amit elkezdek.					
9. A vallásos hit számomra az erő forrása.					
10. Büszke vagyok az etnikai hátteremre.					
11. Az emberek úgy gondolják, hogy szórakoztató a társaságom.					
12. Meg szoktam beszélni a családommal/gondviselőimmal az érzéseimet.					
13. Képes vagyok arra, hogy megoldjam a gondjaimat anélkül, hogy ártsak saját magamnak vagy másoknak (például kábítószer használatával vagy erőszakkal)					
14. Úgy érzem, a barátaim támogatnak.					
15. Tudom hova forduljak segítségért a közösségemen belül.					
16. Érzem, hogy az iskolámhoz tartozom.					
17. A családom mellettem áll a nehéz időkben.					
18. A barátaim mellettem állnak a nehéz időkben.					
19. Igazságosan bánnak velem a közösségemen belül.					
20. Van lehetőségem megmutatni másoknak, hogy felnőtté válok és tudok felelősségteljesen cselekedni.					
21. Tisztában vagyok a saját erősségeimmel.					
22. Részt szoktam venni szervezett vallásos tevékenységekben.					
23. Fontosnak tartom, hogy szolgáljam a közösségemet.					
24. Biztonságban érzem magam, amikor a családommal/gondozóimmal vagyok.					
25. Van lehetőségem fejleszteni azokat a készségeimet, amelyek a későbbi életem során hasznosak lesznek, úgymint munkahelyi készségek vagy a másokról való gondoskodás készsége.					
26. Élvezem a családom/gondozóim kulturális és családi hagyományait.					
27. Élvezem a közösségem hagyományait.					
28. Büszke vagyok arra, hogy Magyarország állampolgára vagyok.					

fordította:

Magyar Reziliencia Kutatócsoport:

Homoki Andrea PhD, Czinderi Kristóf PhD hallgató, Nistor Katalin PhD jelölt, Nistor Anikó PhD hallgató, Segal Péter és Gaál Andrea kétnyelvű fordítók
A fordítás 2015 szeptemberében készült.

GYIRM-20 Magyar Gyermekek és Ifjúsági Reziliencia Skála (családjukkal élő gyermekek (12-17 év) számára)

Mennyire érzed igaznak az alábbi állításokat?

1-egyáltalán nem;

5-tökéletesen igaznak érzem

	1	2	3	4	5
1. Az iskolában elismernek, támogatnak.					
2. Tanulmányi átlagom tükrözi a képességeimet.					
3. Szeretek iskolába járni, jól érzem ott magam.					
4. Az osztályban jó tanulónak számítok, sikeresnek érzem magam.					
5. Nehéz élethelyzetben mindig van kihez fordulnom az iskolában.					
6. Szüleimmel gyakran megbeszélem rossz érzéseimet, félelmeimet.					
7. Szüleim/nevelőszüleim/gondozóim bíznak bennem, biztatnak, mindennap kifejezik szeretetüket.					
8. Amikor csak tehetem (hétköznapokon és hétvégéken, kapcsolattartások ideje alatt) szívesen vagyok együtt szüleimmel: sportolunk, játszunk, főzünk, kertészkedünk, barkácsolunk, stb.					
9. Sok barátom/barátnőm, haverom, ismerősöm van.					
10. Barátaimmal szoros kapcsolatban állok.					
11. Értékesnek, szeretetre méltónak tartom magam.					
12. Minden helyzetben erős az önbizalmam.					
13. Szeretek megfelelni másoknak, az elvárások szerint viselkedem.					
14. A csoport szabályait mindig betartom.					
15. Hiszek abban, hogy értelme van az életnek, és mindennek, ami velem történik, oka van.					
16. Hiszek Istenben.					
17. Többféle olyan szabadidős tevékenységet végzek, melyek örömmel töltenek el.					
18. Szoktam dohányozni és/vagy alkoholt inni.					
19. Az élet az én oldalamon áll, hiszem, hogy bármibe kezdek is, jól alakulnak a dolgaim.					
20. Csínytevések, balhék, hétfégi kihágások miatt már kerültem kapcsolatba ügyességgel, rendőrséggel.					

GYIRM-25 Magyar Gyermekek és Ifjúsági Reziliencia Skála
(gyermekvédelmi szakellátásban élők (12-17 év) számára)

Mennyire érzed igaznak az alábbi állításokat?

1-egyáltalán nem;

5-tökéletesen igaznak érzem

	1	2	3	4	5
1. Az iskolában elismernek, támogatnak.					
2. Tanulmányi átlagom tükrözi a képességeimet.					
3. Szeretek iskolába járni, jól érzem ott magam.					
4. Az osztályban jó tanulónak számítok, sikeresnek érzem magam.					
5. Nehéz élethelyzetben mindig van kihez fordulnom az iskolában.					
6. Nevelőszüleimmel/gondozóimmal beszélek az iskolai történekről, a továbbtanulásomról.					
7. Megnyugtató számomra, hogy a gyámhoz őszinte vagyok.					
8. Mióta nevelőcsaládban/gyermekotthonban élek, az iskolában szeretettebbnek érzem magam.					
9. Szüleimmel gyakran megbeszélem rossz érzéseimet, félelmeimet.					
10. Nevelőszüleimmel/gondozóimmal gyakran megbeszélem rossz érzéseimet, félelmeimet.					
11. Nevelőszüleim/gondozóim bíznak bennem, biztatnak, mindennap kifejezik szeretetüket.					
12. Amikor csak tehetem (kapcsolattartások ideje alatt) szívesen vagyok együtt szüleimmel: sportolunk, játszunk, főzünk, kertészkedünk, barkácsolunk, stb.					
13. Nevelőcsaládban/a gyermekotthonomban szívesen vagyok együtt a felnőttekkel: sportolunk, játszunk, főzünk, kertészkedünk, barkácsolunk, stb.					
14. Sok barátom/barátnőm, haverom, ismerősöm van.					
15. Barátaimmal szoros kapcsolatban állok.					
16. Értékesnek, szeretetre méltónak tartom magam.					
17. Minden helyzetben erős az önbizalmam.					
18. Szeretek megfelelni másoknak, az elvárások szerint viselkedem.					
19. A csoport szabályait mindig betartom.					
20. Hiszek abban, hogy értelme van az életemnek, és mindennek, ami velem történik, oka van.					
21. Hiszek Istenben.					
22. Többféle olyan szabadidős tevékenységet végzek, melyek örömmel töltenek el.					
23. Szoktam dohányozni és/vagy alkoholt inni.					
24. Az élet az én oldalamon áll, hiszem, hogy bármibe kezdek is, jól alakulnak a dolgaim.					
25. Csínytevések, balhék, hétvégi kihágások miatt már kerültem kapcsolatba ügyésséggel, rendőrséggel.					