

한국판 자해 관련 진술문 설문지(K-ISAS) - 섹션 2. 기능

이 름: _____

날 짜: _____

지시문

이 설문지는 자살의도가 없는 자해의 경험을 더 잘 이해하려는 목적으로 작성되었습니다. 다음은 당신의 자해경험과 관련이 있을 수도 있고 없을 수도 있는 진술문 목록입니다.

당신과 가장 관련이 있는 진술문을 확인해주세요 :

- 만약 진술문이 당신과 전혀 **관련 없다면 0**에 동그라미 치세요
- 만약 진술문이 당신과 **다소 관련 있다면 1**에 동그라미 치세요
- 만약 진술문이 당신과 **매우 관련 있다면 2**에 동그라미 치세요

“내가 자해를 할 때, 나는 ...

	반 응		
1. ... 나를 진정시키고 있다	0	1	2
2. ... 나 자신과 타인 간 경계를 만들고 있다	0	1	2
3. ... 나 자신을 처벌하고 있다	0	1	2
4. ... 나 자신을 돌보는 방식을 알려주고 있다 (상처에 주의를 두는 식으로)	0	1	2
5. ... 마비된 느낌을 멈추고자 고통을 유발하고 있다	0	1	2
6. ... 자살을 시도하려는 충동을 피하고 있다	0	1	2
7. ... 흥분 혹은 기분전환을 일으키는 일을 하고 있다	0	1	2
8. ... 친구들과 함께 하고 있다 (유대감)	0	1	2
9. ... 다른 사람들에게 내 감정적 고통 정도를 알려주고 있다	0	1	2
10. ... 내가 고통을 견딜 수 있는지 살피고 있다	0	1	2
11. ... 끔찍하게 느껴지는 신체적 표식을 만들고 있다	0	1	2
12. ... 누군가에게 복수하고 있다	0	1	2
13. ... 자기자족감(자립감, 자기충분감)을 확신한다	0	1	2
14. ... 내 안에 쌓인 감정적 압박감을 방출하고 있다	0	1	2
15. ... 다른 사람들과 분리되어 있음을 보여주고 있다	0	1	2
16. ... 쓸모 없고 멍청한 자신에 대한 분노를 표현하고 있다	0	1	2
17. ... 내 감정적 고통보다 더 돌보기 쉬운 신체적 상처를 만들어내고 있다	0	1	2
18. ... 그것이 신체적 고통이라 할지라도 (아무 것도 아닌 것과는 반대되는) 뭔가를 느끼려고 노력하고 있다	0	1	2
19. ... 실제의 자살시도 없이 자살사고에 반응하고 있다	0	1	2
20. ... 뭔가 극단적인 일을 함으로써 자신과 타인을 즐겁게 하고 있다	0	1	2
21. ... 다른 사람들과 어울리고 있다	0	1	2
22. ... 다른 사람들의 돌봄이나 도움을 구하고 있다	0	1	2
23. ... 내가 터프하거나 강하다는 것을 보여주고 있다	0	1	2
24. ... 나의 감정적 고통이 진짜라는 것을 나 자신에게 입증하고 있다	0	1	2

“내가 자해를 할 때, 나는 ...

반응

25. ... 다른 사람들에게 복수하고 있다	0	1	2
26. ... 다른 사람의 도움에 기댈 필요가 없음을 보여주고 있다	0	1	2
27. ... 불안, 좌절감, 분노, 혹은 다른 압도적인 감정을 줄이고 있다	0	1	2
28. ... 나 자신과 타인 간의 장벽을 세우고 있다	0	1	2
29. ... 나 자신에 대한 불행감 혹은 자신에 대한 혐오감에 반응하고 있다	0	1	2
30. ... 상처 치료에 집중하면서 나 스스로를 기쁘게 하거나 만족시킨다	0	1	2
31. ... 살아있다는 것이 실감나지 않을 때 내가 아직 살아있는지 확인한다	0	1	2
32. ... 자살사고를 멈추려 한다	0	1	2
33. ... 스카이다이빙이나 다른 극한 활동과 같은 방식으로 내 한계에 밀어붙인다	0	1	2
34. ... 친구나 사랑하는 사람들과의 우정, 친밀감의 표식을 만들고 있다	0	1	2
35. ... 사랑하는 사람이 나를 떠나거나 버리지 않도록 한다	0	1	2
36. ... 신체적 고통을 감당할 수 있음을 증명하고 있다	0	1	2
37. ... 내가 경험하고 있는 감정적 고통을 표현하고 있다	0	1	2
38. ... 나와 가까이 있는 사람을 아프게 하려고 노력하고 있다	0	1	2
39. ... 내가 자율적/독립적이라는 것을 확고히 하고 있다	0	1	2
응답: 0 - 전혀 관련 없는, 1 - 다소관련 있는, 2 - 매우 관련 있는			

(필요하다면) 아래 여백에, 위에서 열거한 것보다 더 정확하다고 생각되는 진술문을 기재하세요:

(필요하다면) 아래 여백에, 본인에게 적용되는 이야기가 아니라 할 지라도, 상기 목록에 추가해야 한다고 생각되는 진술문을 기재하세요: