

## ΓΟΝΕΪΚΗ ΚΛΙΜΑΚΑ ΔΥΣΦΟΡΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΙΑΒΗΤΗ (ΓΟΝΕΪΚΗ – ΚΑΔ)

Οι παρακάτω ερωτήσεις αφορούν το πώς έχετε νιώσει ως γονέας ενός παιδιού με διαβήτη. Για κάθε ερώτηση, επιλέξτε την απάντηση που σας αντιπροσωπεύει καλύτερα. Παρακαλώ, δώστε μια απάντηση για κάθε μια από τις παρακάτω ερωτήσεις.

Κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα:

	Καθόλου	Λίγο	Κάπως	Πολύ	Πάρα πολύ
1. Ένιωθα ότι το παιδί μου και εγώ δε συνεργαζόμαστε καλά σε ό,τι αφορά τον διαβήτη.					
2. Ένιωθα ότι δεν εκτιμώνται όλες οι προσπάθειές μου για να βοηθήσω το παιδί μου να διαχειριστεί τον διαβήτη.					
3. Ένιωθα ότι δεν μπορώ να εμπιστευτώ το παιδί μου ότι θα φροντίζει επαρκώς τον διαβήτη του.					
4. Ανησυχούσα για τα χαμηλά επίπεδα σακχάρου του παιδιού μου, όταν έλειπε από το σπίτι.					
5. Ανησυχούσα ότι το παιδί μου θα αγνοήσει ή θα ξεχάσει ότι έχει διαβήτη αν δεν του/της το υπενθύμιζα συνέχεια.					
6. Ένιωθα ότι ο διαβήτης καταλαμβάνει πάρα πολύ από τη νοητική και σωματική μου ενέργεια κάθε μέρα.					
7. Ένιωθα ότι η προσπάθεια να βοηθήσω το παιδί μου με τον διαβήτη του είναι μια διαρκής μάχη.					
8. Ανησυχούσα για τα χαμηλά επίπεδα σακχάρου του παιδιού μου, όταν κοιμάται.					
9. Ένιωθα ότι κανείς δεν παρατηρεί ότι ο διαβήτης είναι εξίσου δύσκολος και για μένα και όχι μόνο για το παιδί μου.					
10. Ένιωθα ότι το παιδί μου δεν προσπαθεί αρκετά για να διαχειριστεί τον διαβήτη του.					

**Κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα:**

	Καθόλου	Λίγο	Κάπως	Πολύ	Πάρα πολύ
11. Ανησυχούσα ότι το παιδί μου δεν έχει τον κατάλληλο γιατρό.					
12. Ανησυχούσα ότι οι άλλοι θα με κατηγορήσουν, εάν ο διαβήτης του παιδιού μου δεν είναι καλά ρυθμισμένος.					
13. Ανησυχούσα ότι το παιδί μου θα φύγει σύντομα από το σπίτι και δε θα μπορώ να το προστατέψω.					
14. Ένιωθα απογοητευμένος/η επειδή το παιδί μου αγνοεί τις υποδείξεις μου για τον διαβήτη.					
15. Ένιωθα απογοητευμένος/η από την έλλειψη κατανόησης και υποστήριξης που λαμβάνω από την οικογένειά μου και τους φίλους μου σε ό,τι αφορά τον διαβήτη του παιδιού μου.					
16. Ανησυχούσα ότι το παιδί μου δεν έχει όλη την ειδική ιατρική βοήθεια που χρειάζεται.					
17. Αισθανόμουν αβέβαιος/η για το πώς να παρακινήσω το παιδί μου να φροντίζει καλύτερα τον διαβήτη του.					
18. Ανησυχούσα ότι το παιδί μου δεν είναι έτοιμο να ασχοληθεί με τα θέματα της κοινωνικής ασφάλισης και των γιατρών μόλις ενηλικιωθεί.					
19. Ένιωθα απογοητευμένος/η που είμαι ο/η μόνος/η που αναλαμβάνει την ευθύνη να βοηθήσει το παιδί μου να διαχειριστεί τον διαβήτη του.					
20. Ανησυχούσα ότι η γκρίνια μου για τον διαβήτη βλάπτει τη σχέση μου με το παιδί μου.					

# ΓΟΝΕΪΚΗ – ΚΔΔ ΦΥΛΛΟ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ:

Κάθε ερώτηση βαθμολογείται σε μια κλίμακα Likert 5 σημείων (0 = Καθόλου; 1 = Λίγο; 2 = Κάπως; 3 = Πολύ; 4 = Πάρα πολύ)

Η ΓΟΝΕΪΚΗ – ΚΔΔ αποδίδει μια συνολική βαθμολογία δυσφορίας για τον διαβήτη αλλά και 4 υποκλίμακες, καθεμία από τις οποίες αξιολογεί ένα διαφορετικό είδος δυσφορίας. Για να βαθμολογήσετε, απλώς αθροίστε τις απαντήσεις του ερωτηθέντος στις κατάλληλες ερωτήσεις και διαιρέστε με τον αριθμό των στοιχείων αυτής της κλίμακας.

Η τρέχουσα έρευνα προτείνει ότι μια μέση βαθμολογία από 0 ως 1.9 στις ερωτήσεις θα πρέπει να θεωρείται ως "λίγη ή καθόλου δυσφορία", μια μέση βαθμολογία μεταξύ 2.0 και 2.9 θα πρέπει να θεωρείται ως "μέτρια δυσφορία" και μια μέση βαθμολογία > 3.0 θα πρέπει να θεωρείται ως "υψηλή δυσφορία". Οι κλινικοί γιατροί μπορεί να θεωρούν τη μέτρια ή υψηλή δυσφορία άξια κλινικής προσοχής, ανάλογα με το κλινικό πλαίσιο.

Προτείνουμε να ελέγξετε τις απαντήσεις του ερωτηθέντος σε όλες τις ερωτήσεις, ανεξάρτητα από τη μέση βαθμολογία. Μπορεί να είναι χρήσιμο να ρωτήσετε περαιτέρω ή να ξεκινήσετε μια συζήτηση για οποιοδήποτε ερώτηση με βαθμολογία  $\geq 2$ .

Συνολική βαθμολογία ΚΔΔ:

α. Αθροισμα βαθμολογιών των 20 ερωτήσεων.	_____
β. Διαιρέστε με:	_____ 20 _____
γ. Μέση βαθμολογία:	_____

Μέτρια δυσφορία ή μεγαλύτερη; (μέση βαθμολογία > 2) Ναι \_\_\_ Όχι \_\_\_

### A. Προσωπική δυσφορία:

α. Αθροισμα των 6 ερωτήσεων (2, 6, 9, 12, 15, 19)	_____
β. Διαιρέστε με:	_____ 6 _____
γ. Μέση βαθμολογία:	_____

Μέτρια δυσφορία ή μεγαλύτερη; (μέση βαθμολογία > 2) Ναι \_\_\_ Όχι \_\_\_

### B. Δυσφορία διαχείρισης παιδιού

α. Αθροισμα των 4 ερωτήσεων. (4, 8, 13, 18)	_____
β. Διαιρέστε με:	_____ 4 _____
γ. Μέση βαθμολογία:	_____

Μέτρια δυσφορία ή μεγαλύτερη; (μέση βαθμολογία > 2) Ναι \_\_\_ Όχι \_\_\_

### Γ. Δυσφορία σχέσης γονέα/παιδιού:

α. Αθροισμα των 8 ερωτήσεων (1, 3, 5, 7, 10, 14, 17, 20)	_____
β. Διαιρέστε με:	_____ 8 _____
γ. Μέση βαθμολογία:	_____

Μέτρια δυσφορία ή μεγαλύτερη; (μέση βαθμολογία > 2) Ναι \_\_\_ Όχι \_\_\_

### Δ. Δυσφορία ομάδας υγειονομικής περίθαλψης:

α. Αθροισμα των 2 ερωτήσεων (11, 16)	_____
β. Διαιρέστε με:	_____ 2 _____
γ. Μέση βαθμολογία:	_____

Μέτρια δυσφορία ή μεγαλύτερη; (μέση βαθμολογία > 2) Ναι \_\_\_ Όχι \_\_\_