

TRICHOTILLOMANIA SCALE FOR CHILDREN, CHILD VERSION (TSC-C)

Dessa frågor handlar om ditt hårryckande. Det finns inga rätt eller fel svar. Varje fråga har flera svarsalternativ. Din uppgift är att välja det alternativ som bäst beskriver hur det har varit för dig under den senaste veckan. När du har valt det bästa alternativet, sätt ett kryss i rutan intill. Om du inte kan bestämma vilket alternativ som är det bästa, är det okej att kryssa för fler än ett alternativ. Försök nu med följande övningsuppgift:

Hur mycket tycker du om att göra läxor?

- (0) Jag tycker inte alls om att göra läxor.
- (1) Jag tycker lite grann om att göra läxor.
- (2) Jag tycker mycket om att göra läxor.

Nu kommer frågorna handla om hårryckande. När vi talar om hårryckande, så behöver det inte vara från ditt huvud – det kan också vara ögonbryn, ögonfransar eller på någon annan stans på kroppen. Kom ihåg, din uppgift är att välja det alternativ som bäst beskriver hur ditt hårryckande har varit under den senaste veckan.

Svårighetsgrad

1. Under de flesta dagarna senaste veckan, hur ofta kände du för att rycka ditt hår?

- (0) Jag har inte alls känt för att rycka mitt hår.
- (1) Jag kände för att rycka mitt hår någon gång ibland.
- (2) Jag kände för att rycka mitt hår väldigt ofta.

2. Under de flesta dagarna senaste veckan, hur ofta ryckte du faktiskt ditt hår? Denna fråga avser hur många tillfällen av ryckande du har haft – inte hur många hårstrån du har ryckt.

- (0) Jag har inte alls ryckt mitt hår.
- (1) Jag ryckte mitt hår mellan 1 och 5 gånger om dagen.
- (2) Jag ryckte mitt hår fler än 5 gånger om dagen.

3. Under de flesta dagar senaste veckan, hur lång tid varade varje tillfälle av hårryckande?

- (0) Jag har inte alls ryckt mitt hår.
- (1) Ett tillfälle av hårryckande varade mellan 1 sekund och 5 minuter.
- (2) Ett tillfälle av hårryckande varade mer än 5 minuter.

4. Under de flesta dagarna senaste veckan, hur många hårstrån ryckte du ut?

- (0) Jag har inte alls ryckt något hår.
- (1) Jag ryckte ut mellan 1 och 10 hårstrån under de flesta dagarna.
- (2) Jag ryckte ut mer än 10 hårstrån under de flesta dagarna.

5. Under de flesta dagarna senaste veckan, hur mycket kontroll hade du över suget/behovet att rycka ditt hår? (Du kan kryssa för fler än ett alternativ om du vill)

- (0) Jag har inte alls känt för att rycka mitt hår.
- (0) Jag kände för att rycka, men jag ryckte faktiskt aldrig mitt hår.
- (1) Jag kunde ibland hindra mig själv från att rycka.
- (2) Jag kunde inte alls hindra mig själv från att rycka, även när jag verkligen ville det.
- (1) Ibland ville jag inte hindra mig själv från att rycka.
- (2) Jag ville inte alls hindra mig själv från att rycka.

6. Under den senaste veckan, hur mycket längre tid tog det för dig att göra dig i ordning för skolan, eller för att gå ut, eftersom du behövde dölja kala fläckar?

- (0) Jag har inte behövt dölja några kala fläckar.
- (1) Det tog mig lite längre tid att göra mig i ordning än för andra barn, eftersom jag behövde vara noga med hur jag fixade mitt hår eller sminkade mig.
- (2) Det tog mig mycket längre tid att göra mig i ordning än för andra barn, eftersom jag behövde vara noga med hur jag fixade mitt hår eller sminkade mig.
- (2) Jag bestämde mig för att inte gå någonstans den här veckan, eftersom det verkade kräva för mycket energi att fixa mitt hår eller sminka mig.

7. Hur mycket skulle du undvika aktiviteterna nedan på grund av att du var generad över hårryckande eller kala fläckar? (Du kan kryssa för fler än ett alternativ om du vill)

- (0) Jag skulle inte undvika någon av dessa aktiviteter på grund av hårryckande eller kala fläckar.
- (1) Jag skulle kanske inte gå och simma på grund av att jag skulle bli generad över kala fläckar.
- (2) Jag skulle definitivt inte gå och simma på grund av att jag skulle bli generad över kala fläckar.
- (1) Jag skulle kanske inte gå utomhus en blåsig dag på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (2) Jag skulle definitivt inte gå utomhus en blåsig dag på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (1) Jag skulle kanske inte gå utomhus en solig dag på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (2) Jag skulle definitivt inte gå utomhus en solig dag på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (1) Jag skulle kanske inte gå till en skoldans eller fest på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (2) Jag skulle definitivt inte gå till en skoldans eller fest på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (1) Jag skulle kanske inte åka på en utflykt på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (2) Jag skulle definitivt inte åka på en utflykt på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (1) Jag skulle kanske inte umgås med vänner eller klasskamrater på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.
- (2) Jag skulle definitivt inte umgås med vänner eller klasskamrater på grund av att folk kanske kan se mina kala fläckar.

8. Under den senaste veckan, hur tycker du att hårryckandet har påverkat ditt utseende?

- (0) Hårryckandet har inte påverkat mitt utseende.
- (1) Jag ser inte lika bra ut som jag skulle göra om jag inte ryckte mitt hår.
- (2) Hårryckandet har gjort att jag ser riktigt ful ut.

9. Under den senaste veckan, hur mycket skuld har du känt över hårryckandet?

- (0) Jag har inte känt skuld över hårryckandet.
- (1) Jag har känt lite skuld över hårryckandet.
- (2) Jag har känt extremt mycket skuld över hårryckandet.

10. Under den senaste veckan, hur generad var du över hårryckande eller kala fläckar?

- (0) Jag var inte alls generad över hårryckande eller kala fläckar.
- (1) Jag var lite generad över hårryckande eller kala fläckar.
- (2) Jag var extremt generad över hårryckande eller kala fläckar.

11. Under den senaste veckan, hur upprörd över dig själv blev du på grund av hårryckande eller kala fläckar?

- (0) Jag blev inte alls upprörd över mig själv på grund av hårryckande eller kala fläckar.
- (1) Jag blev lite upprörd över mig själv på grund av hårryckande eller kala fläckar.
- (2) Jag blev extremt upprörd över mig själv på grund av hårryckande eller kala fläckar.

12. Under den senaste veckan, hur ledsen eller nedstämd blev du på grund av hårryckande eller kala fläckar?

- (0) Jag blev inte alls ledsen eller nedstämd på grund av hårryckande eller kala fläckar.
- (1) Jag blev lite ledsen eller nedstämd på grund av hårryckande eller kala fläckar.
- (2) Jag blev extremt ledsen eller nedstämd på grund av hårryckande eller kala fläckar.

För bedömmaren

Ge poäng 0-2 baserad på högsta skattningen

Summa (fråga 1-5) _____ ÷ 5 = Poäng svårighetsgrad _____

Summa (fråga 6-12) _____ ÷ 7 = Poäng lidande/funktionsnedsättning _____

Poäng svårighetsgrad _____ + Poäng lidande/funktionsnedsättning _____ = Totalpoäng _____

Svensk översättning av Kristina Aspvall och Per Andrén (2014), BUP FUNK OCD & relaterade tillstånd, Stockholm. Tillbakaöversatt av Anders Görling. Med tillstånd av författaren David F. Tolin.

Referens till engelsk originalversion:

Tolin, D. F., Diefenbach, G. J., Flessner, C. A., Franklin, M. E., Keuthen, N. J., Moore, P., ... & Board, T. L. C. S. A. (2008). The trichotillomania scale for children: development and validation. *Child psychiatry and human development*, 39(3), 331-349.