



שאלון DES

הוראות:

שאלון זה מורכב מעשרים ושמונה שאלות העוסקות בחוויות שעשויות להיות לך בחיי היום-יום. אנו מתעניינים באיזו תדירות אתה חווה חוויות אלו. עם זאת, חשוב כי תשובותיך ישקפו את התדירות של חוויות אלו כאשר אתה אינך תחת ההשפעה של אלכוהול או סמים. על מנת לענות על השאלות, אנא קבע באיזו מידה החוויה המתוארת בשאלה ישימה לגביך וסמן בעיגול את המספר המבטא את האחוז מן הזמן שבו יש לך חוויה זו.

לדוגמה:

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

0% = אף פעם, 100% = תמיד

1. לחלק מן האנשים יש חוויה שבה הם נוהגים או נוסעים במכונית או באוטובוס ולפתע מבינים שהם לא זוכרים מה קרה במהלך כל הנסיעה או חלקה. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

2. לחלק מן האנשים קורה שהם לפעמים מקשיבים למישהו מדבר ולפתע הם מבינים כי הם לא שמעו חלק ממה שנאמר או כל מה שנאמר. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

3. חלק מן האנשים חווים חוויה שבה הם מוצאים את עצמם במקום כלשהו, ללא שמץ של מושג כיצד הגיעו לשם. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

4. חלק מן האנשים יש חוויה בה הם מוצאים את עצמם לבושים בבגדים שאינם זוכרים שלבשו. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

5. לחלק מן האנשים יש חוויה בה הם מוצאים דברים חדשים בין חפציהם, שהם אינם זוכרים שקנו. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%



6. לחלק מן האנשים לפעמים קורה שניגשים אליהם אנשים שהם אינם מכירים וקוראים להם בשם אחר, או מתעקשים שהם הכירו אותם בעבר. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

7. לחלק מן האנשים יש לפעמים חוויה שבה הם חשים כאילו הם עומדים ליד עצמם או מסתכלים על עצמם עושים פעולה כלשהי, והם ממש רואים את עצמם כאילו שהם מסתכלים על אדם אחר. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

8. ישנם אנשים שנאמר להם כי הם לפעמים אינם מזהים חברים או בני משפחה. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

9. לחלק מן האנשים קורה כי הם אינם זוכרים אירועים חשובים בחייהם (למשל, חתונה או סיום לימודים). אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

10. לחלק מן האנשים יש חוויה בה מאשימים אותם בשקר, כשהם אינם חושבים ששיקרו. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

11. לחלק מן האנשים יש חוויה שבה הם מסתכלים במראה ואינם מזהים את עצמם. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

12. לחלק מן האנשים יש חוויה שבה הם חשים שאנשים אחרים, חפצים, והעולם שסביבם אינם אמיתיים. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

13. לחלק מן האנשים יש חוויה, שבה הם חשים כי נדמה שגופם אינו שייך להם. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%



14. לחלק מן האנשים יש חוויה שבה הם לפעמים נזכרים באירוע מן העבר בצורה כל-כך מוחשית, שהם מרגישים כאילו הם חווים אותו מחדש. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

15. לחלק מן האנשים יש חוויה שבה הם לא בטוחים האם דברים שהם זוכרים שקרו, אכן קרו, או שרק חלמו אותם. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

16. לחלק מן האנשים יש חוויה שבה הם נמצאים במקום מוכר אך מרגישים שהוא זר ולא מוכר. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

17. לחלק מן האנשים קורה שכאשר הם צופים בטלוויזיה או בסרט, הם נעשים כל-כך שקועים בסיפור עד כי הם אינם מודעים לאירועים אחרים שקורים סביבם. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

18. לחלק מן האנשים קורה שהם נעשים כל-כך מעורבים בפנטזיה או חלום בהקיץ, עד כדי כך שהם חשים כאילו זה אכן קורה להם במציאות. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

19. ישנם אנשים החשים שהם לפעמים יכולים להתעלם מכאב. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

20. ישנם אנשים המוצאים את עצמם לפעמים יושבים ובוהים בחלל, לא חושבים על דבר, ואינם מודעים לזמן שעובר. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

21. חלק מן האנשים שמים לב לכך שכאשר הם לבד הם מדברים בקול רם אל עצמם. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%



22. ישנם אנשים החשים שהם מתנהגים במצב אחד כל-כך שונה בהשוואה למצב אחר, שהם מרגישים כמעט כאילו שהם שני אנשים נפרדים. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

23. חלק מן האנשים שמים לב שבמצבים מסוימים הם מסוגלים לעשות דברים בקלות וספונטניות מדהימות, למרות שהדברים הללו בדרך-כלל קשים עבורם (למשל, ספורט, עבודה, מצבים חברתיים, וכד'). אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

24. לחלק מן האנשים קורה כי הם אינם בטוחים אם עשו משהו או שרק חשבו על לעשותו (למשל, אינם יודעים האם שלחו מכתב או שרק חשבו על לשלוח אותו). אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

25. ישנם אנשים המוצאים עדויות לכך שעשו דברים שהם אינם זוכרים שעשו. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

26. ישנם אנשים המוצאים לפעמים כתבים, ציורים או פתקים מבין חפציהם, שבהכרח הם עשו, אך אינם זוכרים שעשו זאת. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

27. ישנם אנשים המגלים כי הם לפעמים שומעים קולות בתוך ראשם שאומרים להם לעשות דברים או שמעירים על דברים שהם עושים. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%

28. ישנם אנשים החשים לפעמים כאילו הם מסתכלים על העולם דרך ערפל, כך שאנשים וחפצים נדמים כרחוקים או לא ברורים. אנא סמן בעיגול מספר, שישקף את האחוז מן הזמן שבו זה קורה לך.

100% 90 80 70 60 50 40 30 20 10 0%