



استبيان DES

התعليمات: في هذه الاستمارة 28 سؤال عن تجارب من الممكن أن تكوني قد مررت بها في حياتك اليومية. نريد معرفة وتيرة تكرار هذه التجارب. من المهم الإشارة إذا كنت قد مررت بتجارب من هذا النوع بشرط أن لا تكون تحت تأثير المخدرات أو المشروبات الروحية. من أجل الإجابة على الاسئلة، الرجاء الإجابة على النسبة المئوية المناسبة لتكرار هذه التجربة في حياتك

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

100%- دائما / 0%- ولا مرة

1. هنالك أشخاص يسافرون بالسيارة أو بالحافلة وخلال السفر فجأة ينسون ما حدث خلال السفر أو جزء من السفر. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

2. هنالك أشخاص يصغون لشخص ما وفجأة ينتبهون انهم لا يسمعون كل ما يقال لهم أو جزء مما قيل، الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

3. هنالك أشخاص يجدون انفسهم في مكان لا يعرفون كيف وصلوه. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

4. هنالك أشخاص يجدون انفسهم يرتدون ملابس لا يذكرون أنهم كانوا قد ارتدوها. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

5. هنالك أشخاص يجدون أغراض جديدة بين ممتلكاتهم، أغراض لا يذكرون أنهم كانوا قد اشتروها. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

6. هنالك أشخاص يلتقون بأشخاص غريبة وغير معروفة لهم، أشخاص يدعون أنهم يعرفونهم أو ينادونهم باسم آخر. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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



7. هنالك أشخاص يشعرون وكأنهم واقفون بجانب أنفسهم أو أنهم يتأملون أنفسهم خلال قيامهم بعمل ما وكأنهم يتأملون شخص آخر. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

8. هنالك أشخاص يُقال لهم بأنهم لا يتعرفون على أصدقائهم أو على أبناء عائلتهم. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

9. هنالك أشخاص يكتشفون أنهم لا يتذكرون أحداث مهمة في حياتهم (مثل: عرس أو طقس معين). الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

10. هنالك أشخاص يُتهمون بالكذب بالرغم من أنهم لا يعتقدون أنهم كذبوا. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

11. هنالك أشخاص ينظرون إلى أنفسهم بالمرآة ولا يعرفون أنفسهم. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

12. هنالك أشخاص يشعرون أحياناً أنهم أشخاص آخرون، الأشياء والعالم من حولهم غير حقيقي. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

13. هنالك أشخاص يشعرون أن جسمهم لا ينتمي لهم. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

14. هنالك أشخاص يحدث أنهم يتذكرون حدث من الماضي بشكل واضح لدرجة أنهم يعيشون الحدث مرة أخرى. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

15. هنالك أشخاص ليسوا متأكدين من الأحداث التي كانت قد حصلت معهم إذا كانت قد حدثت في الواقع أم أنها حلم. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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



16. هنالك أشخاص يتواجدون في مكان معروف لهم، ولكنه يبدو لهم وكأنه غريب عليهم وغير معروف لهم. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

17. هنالك أشخاص عند مشاهدتهم للتلفاز أو لفيلم يكونون مندمجين مع المشهد لدرجة أنهم غير واعين للأحداث التي تدور من حولهم. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

18. هنالك أشخاص يحصل لهم أن يكونوا مندمجين في الخيال أو في حلم لدرجة أنهم يشعرون أن ما يدور بخيالهم هو واقع. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

19. هنالك أشخاص يكتشفون بشكل فجائي أن بإمكانهم تجاهل الألم. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

20. هنالك أشخاص يجدون أنفسهم جالسين ويتأملون الفراغ، لا يشعرون بشيء ولا بمرور الوقت. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

21. هنالك أشخاص يكتشفون أنهم عند تواجدهم لوحدهم يتكلمون مع أنفسهم بصوت عالي. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

22. هنالك أشخاص يكتشفون أنهم بظروف معينة يسوقون بشكل مختلف بالمقارنة مع ظروف أخرى لدرجة الشعور أنهم شخصين مختلفين. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

23. هنالك أشخاص يكتشفون أنهم في ظروف معينة ينفذون الأمور بشكل سهل وبعفوية غريبة، أمور التي تستغرق بوضع طبيعي جهد لتنفيذها، مثل: الرياضة، العمل وأوضاع اجتماعيه مختلفة. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

24. هنالك أشخاص لا يتذكرون إذا كانوا قد عملوا عمل معين أو مجرد فكروا في تنفيذه، مثلاً: إذا كانوا قد أرسلوا مكتوب في البريد أو فكروا في إرساله ولم يرسلوه. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.



חטיבת הרפואה
יחידת הפסיכולוגיה הארצית | הפסיכולוג הארצי
National Psychology Unit – Chief Psychologist

משרד
הבריאות
לחיים בריאים יותר

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

25. هنالك أشخاص يجدون إثباتات لأمر كانوا قد قاموا بها لكنهم لا يذكرون أنهم قاموا بها. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

26. هنالك أشخاص يجدون مقالات، رسومات أو قوائم بين أغراضهم، والظاهر أنها من صنع أيديهم، لكنهم لا يتذكرون أنهم كانوا قد قاموا بها. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

27. هنالك أشخاص يكتشفون أحياناً أنهم يسمعون أصوات في رأسهم تأمرهم بعمل ما أو تعطيتهم ملاحظات على أعمال كانوا قد قاموا بها. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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

28. هنالك أشخاص يشعرون أنهم ينظرون إلى العالم عن طريق ضباب، بحيث تكون الأشياء والأشخاص بعيدة وغير واضحة. الرجاء الإجابة ما هي نسبة حدوث لك مثل هذه التجربة.

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