

IDENTIFICANDO COMPORTAMENTOS DE AUTOLESÃO

No ano passado, você praticou alguns dos seguintes comportamentos (responda todos os itens):	Não	Sim	Aprox. quantas vezes?	Foi necessário algum tratamento médico?
1. Cortou ou fez vários pequenos cortes na sua pele				
2. Bateu em você mesmo propositalmente				
3. Arrancou seus cabelos				
4. Fez uma tatuagem em você mesmo				
5. Cutucou um ferimento				
6. Queimou sua pele (p. ex., com cigarro, fósforo ou outro objeto quente)				
7. Inseriu objetos embaixo de sua unha ou sob a pele				
8. Mordeu você mesmo (p. ex., sua boca ou lábio)				
9. Beliscou ou cutucou áreas de seu corpo até sangrar				
10. Fez vários arranhões em sua pele propositalmente				
11. Esfolou sua pele propositalmente				
12. Outros:				



RAZÕES:	FREQUÊNCIA
1. Para não ir à escola, trabalho ou outras atividades	
2. Para aliviar sensações de “vazio” ou indiferença	
3. Para chamar a atenção	
4. Para sentir alguma coisa, mesmo que fosse dor	
5. Para evitar ter que fazer algo “chato”, que você não queria fazer	
6. Para controlar uma situação	
7. Para testar a reação de alguém, mesmo que esta fosse negativa	
8. Para receber mais atenção dos pais ou amigos	
9. Para evitar estar com outras pessoas	
10. Para se castigar	
11. Para fazer com que outra pessoa reagisse de outra forma ou mudasse	
12. Para se parecer alguém que você respeita	
13. Para evitar ser punido ou assumir as consequências	
14. Para parar sentimentos/ sensações ruins	
15. Para mostrar aos outros o quão desesperado você estava	
16. Para se sentir fazendo parte de um grupo	
17. Para fazer seus pais entenderem melhor ou dar mais atenção a você	
18. Para fazer algo quando está sozinho	
19. Para fazer algo quando está com outros	
20. Para pedir ajuda	
21. Para deixar os outros com raiva	
22. Para sentir-se relaxado	
23. Outro:	

