



### کاربرگ ۱۰-۱ روانپیشی و عزت نفس

در طول دوره بروز علایم روانپیشی، فرد با طیف گسترده ای از هیجانات مختلف مواجه می شود. لطفا نشانه های مناسب را علامت بزنید (احتمال وجود چندین مورد وجود دارد).

اثرات مثبت <u>کوتاه مدت</u> روانپیشی بر عزت نفس (خلق)	اثرات منفی روانپیشی بر عزت نفس (خلق)
<ul style="list-style-type: none"><li>در طول دوره روانپیشی: عجله، هیجانزدگی "آخرش یه اتفاقی می افته"</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>در طول دوره روانپیشی: تجربه تهدید، ترس</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>در طول دوره روانپیشی: شنیدن گفتگوهای تمجید و تحسین آمیز؛ گاهی اوقات فرد کمتر احساس تنهایی می کند</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>در طول دوره روانپیشی: شنیدن صداهای توهیم آمیز؛ فرد احساس بی ارزشی و حقارت می کند</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>در طول دوره روانپیشی: احساس قدرت، توانمندی، مهم بودن (دشمنان قدرتمند) و خوش شانسی</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>بعد از دوره روانپیشی: احساس شرمندگی؛ آینده ممکن است تیره و تاریک به نظر برسد (مثلا طرد شدن از سوی دوستان و افراد خانواده)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>سایر:</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>سایر:</li></ul>