

## ISAS – Del 1. Beteenden

Det här frågeformuläret ställer frågor om olika självskadebeteenden. Svara bara om du har gjort något av detta med avsikt (med flit) och utan syfte att ta livet av dig.

**1. Försök att uppskatta hur många gånger i ditt liv du avsiktligt (med flit) har skadat dig själv på något av dessa sätt utan syfte att ta livet av dig (t.ex. 0, 10, 100, 500):**

Skurit mig själv	_____	Rivit mig själv kraftigt	_____
Bitit mig hårt	_____	Dunkat, slagit mig själv	_____
Bränt mig själv	_____	Hindrat sårläggning (t.ex. rivit i sår)	_____
Rispat mig själv	_____	Gnuggat hud mot skrovlig yta	_____
Nypt mig hårt	_____	Stuckit mig själv med t ex nålar	_____
Dragit ut hår	_____	Svalt farliga ämnen	_____
Annat	_____		

\*\*\*\*\*  
***Viktigt: Om du skadat dig själv på ett eller flera av ovan nämnda sätt, så var snäll och svara även på resten av detta frågeformulär. Om du inte gjort något av det ovanstående så är du färdig med frågeformuläret.***  
\*\*\*\*\*

**2. Om du tycker att du framför allt använder dig av *ett speciellt sätt* att skada dig själv, så ringa in beskrivningen av detta under första frågan.**

**3. Hur gammal var du när du:**

Skadade dig själv första gången? \_\_\_\_\_ Senaste gången? \_\_\_\_\_  
(årtal och datum på ett ungefär)

**4. Känner du fysisk smärta när du skadar dig själv?**

Ringa in ett alternativ                      Ja                      Ibland                      Nej

**5. Är du för dig själv när du skadar dig?**

Ringa in ett alternativ                      Ja                      Ibland                      Nej

**6. Hur lång tid brukar det gå från det att du får en impuls att skada dig själv tills impulsen blir handling?**

Ringa in ett alternativ:

Mindre än 1 timme	1-3 timmar	3-6 timmar
6-12 timmar	12-24 timmar	Mer än 1 dag

**7. Vill/ville du sluta skada dig själv?**

Ringa in ett alternativ:                      Ja                      Nej

## ISAS – Del 2. Funktioner

### **Instruktioner**

Det här frågeformuläret är gjort för att vi bättre ska förstå upplevelsen icke-suicidalt självskadebeteende. Nedan finns en lista med påståenden som kan stämma mer eller mindre väl med din erfarenhet av självskadande. Försök hitta de påståenden som stämmer bäst för dig:

Ringa in 0 om påståendet **inte stämmer alls**

Ringa in 1 om påståendet **stämmer delvis**

Ringa in 2 om påståendet **stämmer helt**

När jag skadar mig själv, gör jag det för att.....	Svar		
	0	1	2
1. ...lugna ner mig	0	1	2
2. ...sätta upp en gräns mellan mig och andra	0	1	2
3. ...straffa mig själv	0	1	2
4. ...ge mig ett sätt att ta hand om mig själv (genom att fokusera på skadan)	0	1	2
5. ...orsaka smärta för att slippa känna mig avstängd	0	1	2
6. ...undvika impulsen att försöka ta mitt liv	0	1	2
7. ...göra något för att få mig att känna spänning eller upprymdhet	0	1	2
8. ...komma närmare kompisar	0	1	2
9. ...få andra att förstå hur dåligt jag mår	0	1	2
10. ...se om jag kan stå ut med smärtan	0	1	2
11. ...visa rent fysiskt hur hemskt jag mår	0	1	2
12. ...ge igen på någon	0	1	2
13. ...visa att jag klarar mig själv	0	1	2
14. ...bli av med jobbiga känslor som trycker på	0	1	2
15. ...visa att jag är oberoende av andra	0	1	2
16. ...uttrycka ilska över mig själv för att jag är värdelös eller dum i huvudet	0	1	2

17. ...ge mig en fysisk skada som är lättare att ta hand om än mina jobbiga känslor	0	1	2
18. ...försöka känna något (i motsats till ingenting) även om det är fysisk smärta	0	1	2
19. ...göra något åt självmordstankar utan att försöka ta livet av mig	0	1	2
20. ...roa mig eller andra genom att göra något extremt	0	1	2
21. ...passa in bland andra	0	1	2
22. ...få omsorg och hjälp av andra	0	1	2
23. ...visa att jag är tuff eller stark	0	1	2
24. ...bevisa för mig själv att min känslomässiga smärta är verklig	0	1	2
25. ...hämnas på andra	0	1	2
26. ...visa att jag inte behöver vara beroende av andra för att få hjälp	0	1	2
27. ...minska ångest, frustration, ilska eller andra jobbiga känslor	0	1	2
28. ...bygga upp en mur mellan mig själv och andra	0	1	2
29. ...uttrycka att jag känner mig missnöjd med mig själv eller äcklad av mig själv	0	1	2
30. ...tillåta mig att fokusera på att ta hand om skadan, vilket kan kännas bra	0	1	2
31. ...göra tydligt att jag fortfarande lever när jag inte känner mig verklig	0	1	2
32. ...sätta stopp för självmordstankar	0	1	2
33. ...utmana mina gränser på samma sätt som vid fallskärmshoppning eller andra extrema aktiviteter	0	1	2
34. ...ge ett bevis på vänskap eller starka band till vänner eller andra jag tycker om	0	1	2
35. ...se till att någon jag tycker om inte lämnar eller överger mig	0	1	2
36. ...visa att jag klarar av den fysiska smärtan	0	1	2
37. ...uttrycka min känslomässiga stress	0	1	2

38. ...försöka skada någon närstående	0	1	2
39. ...visa att jag är självständig/oberoende	0	1	2

(Frivilligt) Om det finns andra påståenden som du tycker skulle stämma in bättre på dig än dem på listan så kan du skriva dem här:

(Frivilligt) Finns det några påståenden som du tycker skulle vara med på listan, även om de inte stämmer in på dig? Skriv dem i så fall här:

## ISAS: Användning och tolkningsmall

ISAS-sv är en svensk anpassning av *Inventory of Statements About Self-injury* som finns beskrivet i:

Klonsky, E. D., & Glenn, C. R. (2009). Assessing the functions of non-suicidal self-injury: Psychometric properties of the Inventory of Statements About Self-injury (ISAS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 31(3), 215-219.

Med originalförfattarnas tillstånd har ISAS anpassats till svenska, vilket beskrivs i:

Lindholm, T., Bjärehed, J., & Lundh, L.-G. (2011). Functions of Nonsuicidal Self-Injury among Young Women in Residential Care: A Pilot Study with the Swedish Version of the Inventory of Statements about Self-Injury. *Cognitive Behaviour Therapy*, 40, 183-189.

Instrumentet är fritt att använda i klinisk verksamhet och i forskningssyfte.  
Vid frågor/kommentarer kontakta: jonas.bjarehed@psychology.lu.se

### Användning:

ISAS kan användas på flera sätt. Dels för att dokumentera förekomst och frekvens av självskadebeteenden ex. vid utredning eller som baselinemått vid behandling. Därtill dokumenterar ISAS (fråga 2-7) också beskrivande karaktäristiska om självskadebeteendet som kan vara av intresse.

Andra delen av ISAS kan användas för att kartlägga den relativa betydelsen av olika möjliga funktioner självskadebeteendet kan fylla. De 13 underfunktioner utgör två övergripande funktionskategorier (interpersonell kontra intrapersonella funktioner). Jämförelsedata presenteras här nedan i form av utdrag ur originalartiklarna.

### Item för frågor i del 2 motsvarar följande underfunktioner, summera poängen (0-6 p) - Intrapersonella

#### *Affektreglering*

1. ...lugna ner mig
14. ...bli av med jobbiga känslor som trycker på
27. ...minska ångest, frustration, ilska eller andra jobbiga känslor

#### *Anti-dissociativ*

5. ...orsaka smärta för att slippa känna mig avstängd
18. ...försöka känna något (i motsats till ingenting) även om det är fysisk smärta
31. ...göra tydligt att jag fortfarande lever när jag inte känner mig verklig

#### *Anti-suicidal*

6. ...undvika impulsen att försöka ta mitt liv
19. ...göra något åt självmordstankar utan att försöka ta livet av mig
32. ...sätta stopp för självmordstankar

#### *Markera oro och stress*

11. ...visa rent fysiskt hur hemskt jag mår
24. ...bevisa för mig själv att min känslomässiga smärta är verklig
37. ...uttrycka min känslomässiga stress

### *Självbestraffning*

- 3. ...straffa mig själv
- 16. ...uttrycka ilska över mig själv för att jag är värdelös eller dum i huvudet
- 29. ...uttrycka att jag känner mig missnöjd med mig själv eller äcklad av mig själv

### **- Interpersonella**

#### *Autonomi*

- 13. ...visa att jag klarar mig själv
- 26. ...visa att jag inte behöver vara beroende av andra för att få hjälp
- 39. ...visa att jag är självständig/oberoende

#### *Interpersonell gränssättning*

- 2. ...sätta upp en gräns mellan mig och andra
- 15. ...visa att jag är oberoende av andra
- 28. ...bygga upp en mur mellan mig själv och andra

#### *Interpersonell påverkan*

- 9. ...få andra att förstå hur dåligt jag mår
- 22. ...få omsorg och hjälp av andra
- 35. ...se till att någon jag tycker om inte lämnar eller överger mig

#### *Kamratskapande*

- 8. ...komma närmare kompisar
- 21. ...passa in bland andra
- 34. ...ge ett bevis på vänskap eller starka band till vänner eller andra jag tycker om

#### *Hämnd*

- 12. ...ge igen på någon
- 25. ...hämnas på andra
- 38. ...försöka skada någon närstående

#### *Självomhändertagande*

- 4. ...ge mig ett sätt att ta hand om mig själv (genom att fokusera på skadan)
- 17. ...ge mig en fysisk skada som är lättare att ta hand om än mina jobbiga känslor
- 30. ...tillåta mig att fokusera på att ta hand om skadan, vilket kan kännas bra

#### *Upplevelsesökande*

- 7. ...göra något för att få mig att känna spänning eller upprymdhet
- 20. ...roa mig eller andra genom att göra något extremt
- 33. ...utmana mina gränser på samma sätt som vid fallskärmshoppning eller andra extrema aktiviteter

#### *Hårdförhet*

- 10. ...se om jag kan stå ut med smärtan
- 23. ...visa att jag är tuff eller stark
- 36. ...visa att jag klarar av den fysiska smärtan

## Jämförelsedata:

Från Lindholm, Bjärehed, & Lundh (2011), sample består av 22 kvinnor (15-27 år) som vårdats på behandlingshem:

Table 2. *Frequency of nonsuicidal self-injury*

Behaviour	Frequency <sup>a</sup>
Cutting	326.1 (344.2)
Severe scratching	191.8 (303.6)
Biting	220.1 (361.2)
Banging or hitting self	241.0 (323.1)
Burning	128.1 (367.3)
Interfering w/wound healing (e.g., picking scabs)	380.0 (404.0)
Carving	367.6 (367.3)
Rubbing skin against rough surface	156.4 (283.9)
Pinching	241.8 (504.9)
Sticking self w/needles	196.6 (320.1)
Pulling hair	98.8 (277.6)
Swallowing dangerous substances	41.7 (110.8)
Other	151.7 (301.4)

<sup>a</sup> Values represent  $M \pm SD$ .

Table 3. *Function ratings on Inventory of Statements about Self-Injury*

Function	Patients' ratings	
	<i>M (SD)</i>	$\alpha$
Intrapersonal	3.6 (1.8)	.86
Affect regulation	5.0 (1.4)	.73
Anti-dissociation	3.4 (2.0)	.79
Anti-suicide	2.7 (2.3)	.95
Marking distress	2.8 (2.0)	.83
Self-punishment	4.4 (1.3)	.40
Interpersonal	1.3 (1.5)	.90
Autonomy	1.0 (1.8)	.86
Interpersonal boundaries	1.2 (1.6)	.78
Interpersonal influence	1.8 (1.8)	.84
Peer bonding	0.1 (0.4)	-.15
Revenge	0.7 (1.3)	.72
Self-care	2.9 (1.8)	.69
Sensation seeking	0.8 (1.9)	.51
Toughness	1.2 (1.7)	.78



Från Klonsky, & Glenn, (2009), sample består 235 unga vuxna från ett college sample:

**Table 1** Structure of ISAS functions

Function	Mean (SD)
Affect Regulation	3.0 (2.1)
Anti-Dissociation	1.0 (1.6)
Anti-Suicide	0.8 (1.5)
Marking Distress	1.5 (1.8)
Self-Punishment	2.0 (2.1)
Autonomy	0.6 (1.3)
Interpersonal Boundaries	0.8 (1.4)
Interpersonal Influence	0.8 (1.4)
Peer Bonding	0.5 (1.3)
Revenge	0.6 (1.4)
Self-Care	0.8 (1.4)
Sensation Seeking	0.7 (1.3)
Toughness	1.0 (1.4)

For each of the 13 functional scales scores can range from 0 to 6. Factor loadings greater than .4 are bolded