

Életminőség kérdőív serdülők számára (CP QOL – Teen)

Szeretnénk feltenni neked néhány kérdést az életedről: a családotról, barátaidról, egészségedről és iskoládról.

Minden kérdés így kezdődik: „Mennyire vagy elégedett ...?”

Minden kérdésnél karikázd be azt a számot, amelyik a leginkább kifejezi, hogy mit ÉRZEL.

Bármelyik számot bekarikázhatod 1 (nagyon elégedetlen) és 9 (nagyon elégedett) között.

Ez a kérdőív a cerebrális parézis különböző típusaival élő serdülőknek készült, és néhány kérdést nehéz lehet megválaszolni. Kérünk, próbáld meg, és a legjobb tudásod szerint válaszolj minden kérdésre!

Ez a kérdőív azt méri, hogy mit érzel, és nem azt, hogy valójában mire vagy képes.

Itt egy példa:

Mennyire vagy elégedett azzal, ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
-----------------------	-------------	---	-----------	---------------------

ahogyan általában kijössz az emberekkel?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Mennyire vagy elégedett ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

az életeddel általában?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9

azzal, amennyire teljesnek érzed az életedet?

az életminőségeddel?

azzal, amennyire boldog vagy?

Család és barátok

Mennyire vagy elégedett ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

azzal, ahogyan általában kijössz az emberekkel?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9

azzal, ahogyan kijössz gondozóiddal /szüleiddel?

a családodtól kapott támogatással?

azzal, ahogy kijössz a testvéreiddel?

VAGY Nincs testvérem.

azzal, ahogyan kijössz az iskoládon kívüli kamaszokkal (nem az iskolai barátaiddal)?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9

azzal, ahogyan kijössz a felnőttekkel?

azzal, ahogyan egyedül töltöd el az időt?

azzal, amikor barátaiddal lógsz?

azzal, amikor a családdal elmentek valahová?

azzal, amennyire a családod elfogad?

azzal, amennyire az iskoládon kívüli kamaszok elfogadnak (nem az iskolai barátaid)?

azzal, amennyire a felnőttek elfogadnak?

azzal, amennyire az emberek általában elfogadnak?

azzal, amennyire képes vagy megtenni azt, amit akarsz (tehát azzal a képességeddel, hogy megtegyél dolgokat, nem pedig azzal, hogy megengedik-e)?

azzal, ahogyan belevágsz valamibe és kipróbálsz új dolgokat?

önmagaddal?

pozitív hozzáállásoddal?

a jövőddel?

az életben való lehetőségeiddel?

Iskola

Mennyire vagy elégedett azzal, ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

ahogyan a többi kamasszal kijössz az iskolában? (Ha több iskolába is jársz, akkor arra az iskolára gondolj, ahol a legtöbb időt töltöd!)

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

ahogyan a többi diák befogad téged az iskolában?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

ahogyan kijössz a tanáraiddal?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

ahogyan kijössz a gondozóiddal?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

VAGY Nincsenek gondozóim.

amennyire iskolád többi tanulója elfogad? (Ha több iskolába is jársz, akkor arra az iskolára gondolj, ahol a legtöbb időt töltöd!)

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

amennyire iskolád dolgozói és tanárai elfogadnak?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

hogyan úgy kezelnek téged az iskolában, mint bárki mást?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

amennyire képes vagy lépést tartani a tanulásban társaiddal?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

amennyire képes vagy lépést tartani testileg társaiddal?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

ahogyan képes vagy részt venni az iskola életében? (Ha több iskolába is jársz, akkor arra az iskolára gondolj, ahol a legtöbb időt töltöd!)

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Részvétel

Mennyire vagy elégedett azzal, ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

ahogyan részt tudsz venni szabadidős és szórakozási tevékenységekben?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

ahogyan részt tudsz venni sportolási lehetőségekben? (Itt nem az a kérdés, hogy valójában hogyan sportolsz, hanem hogy mennyire vagy elégedett azzal, amennyire képes vagy részt venni benne.)

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

ahogyan részt tudsz venni iskolán kívüli programokban?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

ahogyan be tudsz kapcsolódni a közösségi életbe?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Kommunikáció

Mennyire vagy elégedett azzal, ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

ahogyan közeli ismerősökkel kommunikálsz?
(gondolhatsz a kommunikáció bármely formájára)
ahogyan kevésbé közeli ismerősökkel kommunikálsz?
(gondolhatsz a kommunikáció bármely formájára)
ahogyan más emberek kommunikálnak veled?
ahogyan technológia segítségével kommunikálsz (pl. sms, internet)?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9

Egészség

Mennyire vagy elégedett ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

egészségeddel általában?
testi egészségeddel?
azzal, ahogyan közlekedsz (vagyis a mobilitásoddal)?
az alvásoddal?
a külsőddel?
a tested serdülőkori változásaival?
azzal, ahogyan mások segítsége nélkül meg tudsz tenni dolgokat?
azzal, hogy mi történhet veled később az életben?
azzal, amit elértél az életben?
azzal, amennyire sikeres vagy mindabban, amiben jó akarsz lenni?
azzal a képességeddel, ahogyan közvetlen környezetekben közlekedsz?
azzal a képességeddel, ahogy egyik helyről eljutsz a másikra? (járművel)
jövőre vonatkozó terveiddel?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9

A következő kérdésre adható válaszlehetőségek az „egyáltalán nem” választól (1) a „nagyon” válaszig (9) terjednek.

Mennyire aggaszt,

hogyan cerebrális parézised van?

egyáltalán nem					nagyon			
1	2	3	4	5	6	7	8	9

A következő két kérdés arra vonatkozik, hogy mennyire vagy elégedett azzal, ahogyan a testrészeidet használod, nem pedig arra, hogy valójában mennyire vagy képes használni azokat.

Mennyire vagy elégedett azzal, ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

ahogyan a karjaidat és kezeidet használod?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9

ahogyan a lábaidat használod?

A következő három kérdés arra vonatkozik, hogy mennyire vagy elégedett azzal, ahogyan részt tudsz venni a napi tevékenységekben, nem pedig arra, hogy valójában mennyire vagy képes megoldani ezeket a tevékenységeket.

Mennyire vagy elégedett azzal, ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

ahogyan öltözködni tudsz?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9

ahogyan egyedül tudsz enni és inni?

ahogyan a WC-t önállóan tudod használni?

Speciális eszközök

Mennyire vagy elégedett ...

nagyon elégedetlen	elégedetlen	se nem elégedett, se nem elégedetlen	elégedett	nagyon elégedett
--------------------	-------------	--------------------------------------	-----------	------------------

otthoni segédeszközeiddel (pl. speciális szék, állókeret, kerekesszék, rollátor, bokasín, látást, hallást és kommunikációt segítő eszközök)?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

VAGY Otthon nincs szükségem segédeszközre.

iskolai segédeszközeiddel (pl. speciális szék, állókeret, kerekesszék, rollátor, bokasín, látást, hallást és kommunikációt segítő eszközök)?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

VAGY Az iskolában nincs szükségem segédeszközre.

a lakóhelyeden elérhető speciális felszereltséggel (rámplák, mozgólépcső, akadálymentesítés)?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

VAGY A lakóhelyemen nincs szükségem speciális felszereltségre.

a lakóhelyeden elérhető speciális szolgáltatásokhoz való hozzáféréssel? (munkalehetőség, elköltözés otthonról)

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

VAGY A lakóhelyemen nincs szükségem speciális szolgáltatásokra.

Fájdalom, kellemetlenség

A következő kérdés bármilyen általad tapasztalt fájdalomra vonatkozik.

Hogyan érzed, ...

vannak-e fájdalmaid?

egyáltalán nincsenek			nagy fájdalmaim vannak					
1	2	3	4	5	6	7	8	9

Ha válaszod (1) „egyáltalán nincsenek”, akkor itt véget ér a kérdőív. Ha nem, folytasd az alábbi kérdésekkel!

Hogyan érzed, ...

mennyire zavar az általad tapasztalt fájdalom mértéke?

mennyire zavar az általad tapasztalt kényelmetlenség mértéke?

mennyire vagy képes megbirkózni a fájdalommal?

mennyire vagy képes úrrá lenni a fájdalomdon?

mennyire nehezíti ez a fájdalom az életedet?

mennyire akadályoz meg a fájdalom abban, hogy önmagad legyél?

mennyire akadályoz a fájdalom abban, hogy megéld mindennapi örömeidet?

egyáltalán nem			nagyon					
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9

Köszönjük, hogy segítettél nekünk a kérdések megválaszolásával!