

QUALITY OF LIFE AFTER BRAIN INJURY (QOLIBRI) - Norwegian Version

I den første delen av spørreskjemaet ønsker vi å få vite **hvor fornøyd** du er med ulike områder av livet etter hjerneskaden. Velg det alternativet som er nærmest slik du føler deg nå (inklusive forrige uke) og marker boksen for svaralternativet med "X". Hvis du har problemer med utfyllingen så bare be om hjelp.

DEL 1

A. Følgende spørsmål dreier seg om tenkeevnen din nå (inklusive forrige uke).

	<i>Ikke i det hele tatt</i>	<i>Litt</i>	<i>Moderat</i>	<i>Ganske</i>	<i>Veldig</i>
1. Hvor fornøyd er du med din evne til å konsentrere deg som for eksempel når du leser eller følger med i en samtale?					
2. Hvor fornøyd er du med din evne til å uttrykke deg og å forstå andre i en samtale?					
3. Hvor fornøyd er du med din evne til å huske ting i hverdagen, som for eksempel hvor du har lagt bestemte ting?					
4. Hvor fornøyd er du med din evne til å planlegge og finne løsninger på praktiske problemer i hverdagen, som for eksempel hva du skal gjøre når du mister nøklene dine?					
5. Hvor fornøyd er du med din evne til å ta avgjørelser?					
6. Hvor fornøyd er du med din evne til å orientere deg og finne fram til steder?					
7. Hvor fornøyd er du med hvor raskt du tenker?					

B. Følgende spørsmål dreier seg hvordan du ser på deg selv nå (inklusive forrige uke).

	<i>Ikke i det hele tatt</i>	<i>Litt</i>	<i>Moderat</i>	<i>Ganske</i>	<i>Veldig</i>
1. Hvor fornøyd er du med energinivået ditt?					
2. Hvor fornøyd er du med din motivasjon til å gjøre ting?					
3. Hvor fornøyd er du med selvfølelsen din, hvor verdifull du føler deg?					
4. Hvor fornøyd er du med utseendet ditt?					
5. Hvor fornøyd er du med det du har klart å utrette siden hjerneskaden?					
6. Hvor fornøyd er du med hvordan du oppfatter deg selv?					
7. Hvor fornøyd er du med hvordan du ser for deg din egen fremtid?					



CENTER-TBI

Collaborative European NeuroTrauma Effectiveness Research in TBI
A 2020 vision: Generating knowledge for improving TBI outcomes

C. Følgende spørsmål dreier seg om selvstendighet og hvordan du fungerer i dagliglivet nå (inklusive forrige uke).

	<i>Ikke i det hele tatt</i>	<i>Litt</i>	<i>Moderat</i>	<i>Ganske</i>	<i>Veldig</i>
1. Hvor fornøyd er du med graden av uavhengighet av andre?					
2. Hvor fornøyd er du med din evne til å komme deg rundt omkring?					
3. Hvor fornøyd er du med din evne til å utføre huslige gjøremål, som for eksempel lage mat eller reparere ting?					
4. Hvor fornøyd er du med din evne til å ta hånd om privatøkonomien?					
5. Hvor fornøyd er du med din deltakelse i arbeid eller utdanning?					
6. Hvor fornøyd er du med din deltakelse i sosiale aktiviteter og fritidsaktiviteter, for eksempel idrett, hobbyer, selskapsliv?					
7. Hvor fornøyd er du med graden av kontroll over ditt eget liv?					

D. Følgende spørsmål dreier seg om dine sosiale relasjoner nå (inklusive forrige uke).

	<i>Ikke i det hele tatt</i>	<i>Litt</i>	<i>Moderat</i>	<i>Ganske</i>	<i>Veldig</i>
1. Hvor fornøyd er du med din evne til å ha varme følelser for andre, for eksempel partner, familie, venner?					
2. Hvor fornøyd er du med forholdet du har til familien din?					
3. Hvor fornøyd er du med forholdet du har til vennene dine?					
4. Hvor fornøyd er du med forholdet du har til partneren din, eller med at du ikke har en partner?					
5. Hvor fornøyd er du med seksuallivet ditt?					
6. Hvor fornøyd er du med andres holdninger overfor deg?					



DEL 2

I Del 2 vil vi gjerne vite **hvor plaget** eller hemmet du føler deg av ulike problemer etter hjerneskaden. Vennligst marker det svaret som beskriver best hvordan du føler deg akkurat nå (inklusive forrige uke) og marker boksen med et kryss "X". Hvis du har problemer med utfyllingen så bare be om hjelp.

E. Følgende spørsmål dreier seg om i hvor stor grad du er plaget av følelsene dine nå (inklusive forrige uke).

	<i>Ikke i det hele tatt</i>	<i>Litt</i>	<i>Moderat</i>	<i>Ganske</i>	<i>Veldig</i>
1. I hvor stor grad er du plaget av å føle deg ensom, selv når du er sammen med andre mennesker?					
2. I hvor stor grad er du plaget av å kjede deg?					
3. I hvor stor grad er du plaget av å føle deg engstelig?					
4. I hvor stor grad er du plaget av å føle deg trist eller nedstemt?					
5. I hvor stor grad er du plaget av å føle sinne eller aggressivitet?					

F. Følgende spørsmål dreier seg om i hvor stor grad du er hemmet av fysiske problemer nå (inklusive forrige uke).

	<i>Ikke i det hele tatt</i>	<i>Litt</i>	<i>Moderat</i>	<i>Ganske</i>	<i>Veldig</i>
1. I hvor stor grad er du plaget av at bevegelsene dine er langsomme og/ eller klossete?					
2. I hvor stor grad er du plaget av andre skader du pådro deg samtidig med hjerneskaden?					
3. I hvor stor grad er du plaget av smerte, inklusive hodepine?					
4. I hvor stor grad er du plaget av problemer med syn eller hørsel?					
5. I hvor stor grad er du totalt sett plaget av følgene etter hjerneskaden?					