

## WHOQOL-100

De følgende spørsmålene spør etter **hvor mye** du har opplevd av bestemte ting i de siste to ukene, som for eksempel positive følelser som lykke eller tilfredshet. Dersom du har opplevd dette i svært høy grad, setter du ring rundt tallet for ”I svært høy grad”. Dersom du ikke har hatt disse følelsene, setter du en ring rundt tallet for ”Ikke i det hele tatt”. Dersom du ønsker å vise at ditt svar ligger et sted mellom ”Ikke i det hele tatt” og ”I svært høy grad”, setter du ring rundt ett av tallene i mellom. Spørsmålene gjelder de siste to ukene.

F1.2 (F1.2.1)<sup>1</sup> Er du bekymret over dine smerter eller fysiske ubehag?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F1.3 (F1.2.3) Er det vanskelig for deg å mestre eventuelle smerter eller ubehag?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F1.4 (F1.2.5) I hvilken grad føler du at (fysisk) smerte hindrer deg i å gjøre det du må?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F2.2 (F2.1.3) I hvilken grad blir du lett trett?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F2.4 (F2.2.4) Hvor mye føler du deg plaget av tretthet?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F3.2 (F4.1.3) Har du søvnproblemer?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

<sup>1</sup> Tallene i parentes viser til spørsmålets nummer i pilotundersøkelsen. Nasjonale utgaver må lages ved å bruke det samme spørsmålet som ble benyttet i landets utgave av spørreskjemaet i pilotundersøkelsen.

F3.4 (F4.2.3) Hvor mye bekymrer du deg over eventuelle søvnproblemer?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F4.1 (F6.1.2) Hvor mye gleder du deg over livet?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F4.3 ( F6.1.4) Ser du lyst på framtiden?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F4.4 ( F6:1.6) I hvilken grad opplever du positive følelser i livet ditt?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F5.3 (F7.1.6) Hvor godt kan du konsentrere deg?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F6.1 (F8.1.1) Hvor høyt verdsetter du deg selv?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F6.2 (F8.1.3) Har du stor selvtillit?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F7.2 (F9.1.3) Føler du deg hemmet av utseendet ditt?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F7.3 ( F9.1.4) Er det noe ved ditt utseende som får deg til å føle deg ille til møte?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F8.2 (F10.1.3) Hvor mye engster du deg?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F8.3 (F10.2.2) Hvor mye blir du forstyrret i dine daglige gjøremål av att du føler deg nedtrykt eller deprimert?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F8.4 ( F10.2.3) I hvilken grad er du plaget av depresjon?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F10.2 (F12.1.3) Er det vanskelig for deg å utføre dine daglige gjøremål?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F10.4 (F12.2.4) I hvilken grad er du plaget av eventuelle begrensninger i å utføre dine daglige gjøremål?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F11.2 (F13.1.3) I hvilken grad trenger du medisiner for å fungere til daglig?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F11.3 (F13.1.4) I hvilken grad trenger du medisinsk behandling for å kunne fungere til daglig?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F11.4 (F13.2.2) I hvilken grad avhenger din livskvalitet av bruk av medisiner eller medisinsk-tekniske hjelpemidler?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F13.1 (F17.1.3) Føler du deg alene i livet?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F15.2 ( F3.1.2) I hvilken grad blir dine seksuelle behov tilfredstilt?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F15.4 ( F3.2.3) Er du plaget av noen vanskeligheter i seksuallivet ditt?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F16.1 (F20.1.2) Hvor trygg føler du deg til daglig?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F16.2 (F20.1.3) Føler du at du lever i trygge og sikre omgivelser?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F16.3 (F20.2.2) Hvor mye bekymrer du deg for din trygghet og sikkerhet?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F17.1 (F21.1.1) Hvor komfortabelt har du det der du bor?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		I svært høy grad 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	-----------------------

F17.4 (F21.2.4) Hvor godt trives du der du bor?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F18.2 (F23.1.5) Har du økonomiske problemer?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F18.4 (F23.2.4) I hvilken grad bekymrer du deg om penger?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F19.1 (F24.1.1) Hvor lett har du tilgang til gode helsetjenester?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F21.3 (F26.2.2) Hvor godt trives du i din fritid?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F22.1 (F12.2.4) Hvor sunne er dine fysiske omgivelser?<sup>2</sup>

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F22.2 (F27.2.4) Hvor bekymret er du over støy i området der du bor?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F23.2 (F28.1.4) I hvilken grad har du problemer med transport?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

23.4 (F28.2.3) I hvilken grad legger transportproblemer begrensninger på livet ditt?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

De følgende spørsmålene spør etter hvor **fullstendig** du opplevde, eller kunne utføre, bestemte ting i løpet av de siste to ukene, som for eksempel daglige gjøremål som å vaske deg, kle deg og spise. Hvis du har kunnet gjøre disse tingene fullt og helt, sett ring rundt tallet for "Fullstendig". Hvis du ikke har kunnet gjøre disse tingene i det hele, sett en ring rundt tallet for "Ikke i det hele tatt". Sett ring rundt ett av tallene i mellom dersom du vil vise at svaret ligger et sted mellom "Ikke i det hele tatt" og "Fullstendig". Spørsmålene gjelder de siste to ukene.

F2.1 (F2.1.1) Har du nok energi til dine daglige gjøremål?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F7.1 (F9.1.2) Kan du akseptere utseendet ditt?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F10.1 (F12.1.1) I hvilken grad er du i stand till å utføre dine daglige gjøremål?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F11.1 (F13.1.1) Hvor avhengig er du av medisiner?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F14.1 (F18.1.2) Får du den type støtte som du trenger fra andre?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F14.2 (F18.1.5) I hvilken grad kan du stole på dine venner nær du trenger dem?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F17.2 (F21.1.2) I hvilken grad dekker hjemmet ditt behovene dine?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F18.1 (F23.1.1) Har du nok penger til å dekke dine behov?

Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	Til en viss grad 3	I høy grad 4	Fullstendig 5
---------------------------	-----------	-----------------------	-----------------	------------------

F20.1 (F25.1.1) Hvor tilgjengelig er den informasjonen som du trenger i dagliglivet?

Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	Til en viss grad 3	I høy grad 4	Fullstendig 5
---------------------------	-----------	-----------------------	-----------------	------------------

F20.2 (F25.1.2) I hvilken grad kan du skaffe deg den informasjonen som du føler du trenger?

Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	Til en viss grad 3	I høy grad 4	Fullstendig 5
---------------------------	-----------	-----------------------	-----------------	------------------

F21.1 (F26.1.2) I hvilken grad har du mulighet for å delta i fritidsaktiviteter?

Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	Til en viss grad 3	I høy grad 4	Fullstendig 5
---------------------------	-----------	-----------------------	-----------------	------------------

F21.2 (F26.1.3) I hvilken grad er du i stand til å slappe av og ha det hyggelig?

Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	Til en viss grad 3	I høy grad 4	Fullstendig 5
---------------------------	-----------	-----------------------	-----------------	------------------

F23.1 (F28.1.2) I hvilken grad har du et transporttilbud som er tilpasset dine behov?

Ikke i det hele tatt 1	Litt 2	Til en viss grad 3	I høy grad 4	Fullstendig 5
---------------------------	-----------	-----------------------	-----------------	------------------

De følgende spørsmålene spør etter hvor **tilfreds, glad eller lykkelig** du har følt deg over bestemte sider ved livet i de siste to ukene, som for eksempel over familielivet eller over hvor energisk du føler deg. Bestem deg for hvor tilfreds eller utilfreds du er med hver enkelt side ved livet, og sett ring rundt det tallet som best svarer til hvordan du har følt deg. Spørsmålene gjelder de to siste ukene.

G2 (G2.1) Hvor tilfreds er du med kvaliteten på livet ditt?

Svært utilfreds 1	Utilfreds 2	Verken tilfreds eller utilfreds 3	Tilfreds 4	Svært tilfreds 5
----------------------	----------------	---	---------------	---------------------

G3 (G2.2) Generelt sett, hvor tilfreds er du med livet ditt?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

G4 (G2.3) Hvor tilfreds er du med helsen din?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F2.3 (F2.2.1) Hvor tilfreds er du med hvor energisk du føler deg?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F3.3 (F4.2.2) Hvor tilfreds er du med hvordan du sover?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F5.2 (F7.2.1) Hvor tilfreds er du med din evne til å lære noe nytt?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F5.4 (F7.2.3) Hvor tilfreds er du med din evne til å ta avgjørelser?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F6.3 (F8.2.1) Hvor tilfreds er du med deg selv?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5



F6.4 (F8.2.2) Hvor tilfreds er du med evnene dine?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

7.4 (F9.2.2) Hvor tilfreds er du med hvordan kroppen din ser ut?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F10.3 (F12.2.3) Hvor tilfreds er du med din evne til å utføre dine daglige gjøremål?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F13.3 (F17.2.3) Hvor tilfreds er du med ditt forhold till andre mennesker?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F15.3 (F3.2.1) Hvor tilfreds er du med ditt seksualliv?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F14.3 (F18.2.2) Hvor tilfreds er du med den støtten du får fra familien din?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F14.4 (F18.2.5) Hvor tilfreds er du med den støtten du får fra dine venner?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F13.4 (F19.2.1) Hvor tilfreds er du med din evne til å forsørge eller støtte andre?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F16.4 (F20.2.3) Hvor tilfreds er du med din fysiske sikkerhet og trygghet?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F17.3 (F21.2.2) Hvor tilfreds er du med forholdene der du bor?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F18.3 (F23.2.3) Hvor tilfreds er du med din økonomiske situasjon?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F19.3 (F23.2.3) Hvor tilfreds er du med din tilgang til helsetjenester?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

19.4 ( F24.2.5) Hvor tilfreds er du med de sosiale tjenestene?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F20.3 (F25.2.1) Hvor tilfreds er du med dine muligheter for å tilegne deg nye ferdigheter?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F20.4 (F25.2.2) Hvor tilfreds er du med dine muligheter for å få ny informasjon?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F21.4 (F26.2.3) Hvor tilfreds er du med hvordan du tilbringer din fritid?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F22.3 (F27.2.1) Hvor tilfreds er du med dine fysiske omgivelser (for eksempel forurensning, klima, støy, eller hvor attraktive de er)?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F22.4 (F27.2.3) Hvor tilfreds er du med klimaet der du bor?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F23.3 (F28.2.2) Hvor tilfreds er du med transportmulighetene dine?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

F13.2 (F17.2.1) Er du tilfreds med det forholdet du har til medlemmene i familien din?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

G1 (G1) Hvordan vil du vurdere kvaliteten på livet ditt?

Svært dårlig	Dårlig	Verken god eller dårlig	God	Svært god
1	2	3	4	5

F15.1 (F3.1.1) Hvordan vil du vurdere ditt seksuelliv

Svært dårlig	Dårlig	Verken god eller dårlig	God	Svært god
1	2	3	4	5

F3.1 (F4.1.1) Hvor godt sover du?

Svært dårlig	Dårlig	Verken god eller dårlig	God	Svært god
1	2	3	4	5

F5.1 (F7.1.3) Hvordan vil du vurdere hukommelsen din?

Svært dårlig	Dårlig	Verken god eller dårlig	God	Svært god
1	2	3	4	5

F19.2 (F24.15) Hvordan vil du vurdere kvaliteten på de sosiale tjenestene du har tilgang til?

Svært dårlig	Dårlig	Verken god eller dårlig	God	Svært god
1	2	3	4	5

De følgende spørsmålene refererer seg til **hvor ofte** du har følt eller opplevd bestemte ting, som for eksempel støtte fra familie eller venner, eller negative erfaringer som å føle deg utrygg. Dersom du ikke har opplevd disse tingene i det hele tatt i de siste to ukene, setter du en ring rundt tallet for svaret "Aldri". Dersom du har hatt slike opplevelser, bestem deg for hvor ofte, og sett ring rundt det tallet som passer best. Dersom du da har opplevd smerte hele tiden de siste to ukene, setter du ring rundt tallet "Alltid". Spørsmålene gjelder de siste to ukene.

F1.2 (F1.2.1) Hvor ofte har du fysisk smerte?

Aldri	Sjelden	Ofte	Svært ofte	Alltid
1	2	3	4	5

F4.2 ( F6.1.3) Føler du deg generelt tilfreds?

Aldri	Sjelden	Ofte	Svært ofte	Alltid
1	2	3	4	5

F8.1 (F10.1.2) Hvor ofte opplever du negative følelser, som for eksempel at du er trist, fortvilet, engstelig eller deprimert?

Aldri 1		Sjelden 2		Ofte 3		Svært ofte 4		Alltid 5
------------	--	--------------	--	-----------	--	-----------------	--	-------------

De følgende spørsmålene gjelder eventuelt ”arbeid” som du gjør. Arbeid kan her bety hvilken som helst hovedaktivitet, som frivillig arbeid, studier på heltid, betalt eller ubetalt arbeid, å stelle hjemme eller å passe barn. Arbeid i denne sammenhengen betyr dermed den aktiviteten som du føler opptar en hoveddel av din tid og energi. Spørsmålene gjelder de to siste ukene.

F12.1 (F16.1.1) Er du i stand til å arbeide?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F12.2 ( F16.1.2) Føler du deg i stand til å utføre pliktene dine?

Ikke i det hele tatt 1		Litt 2		Til en viss grad 3		I høy grad 4		Fullstendig 5
---------------------------	--	-----------	--	-----------------------	--	-----------------	--	------------------

F12.4 (F16.2.1) Hvor tilfreds er du med din arbeidskapasitet?

Svært utilfreds 1		Utilfreds 2		Verken tilfreds eller utilfreds 3		Tilfreds 4		Svært tilfreds 5
----------------------	--	----------------	--	---	--	---------------	--	---------------------

F12.3 (F16.1.3) Hvordan vil du vurdere din evne til å arbeide?

Svært dårlig 1		Dårlig 2		Verken god eller dårlig 3		God 4		Svært god 5
-------------------	--	-------------	--	---------------------------------	--	----------	--	----------------

De neste få spørsmålene spør etter **hvor godt du har kunnet komme deg dit du vil** i de siste to ukene. Dette gjelder din fysiske evne til å bevege kroppen slik at du kan komme deg dit du vil og gjøre både det du har lyst til å gjøre og det du må gjøre.

F9.1 (F11.1.1) Hvor godt er du i stand til å komme deg dit du vil?

Svært dårlig	Dårlig	Verken god eller dårlig	God	Svært god
1	2	3	4	5

F9.3 (F11.2.2) I hvilken grad er du plaget av eventuelle problemer med å komme deg dit du vil?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F9.4 (F11.2.3) I hvilken grad påvirkes din livsstil av dine eventuelle problemer med å komme deg dit du vil?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F9.2 (F11.2.1) Hvor tilfreds er du med din evne til å komme deg dit du vil?

Svært utilfreds	Utilfreds	Verken tilfreds eller utilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
1	2	3	4	5

De følgende få spørsmålene gjelder **ditt livssyn**, og hvordan denne påvirker din livskvalitet. Disse spørsmålene gjelder religion, åndelige verdier og eventuelt annet du måtte tro på. Nok en gang viser disse spørsmålene til de siste ukene.

F24.1 (F29.1.1) Gir ditt livssyn mening til livet ditt?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F24.2 (F29.1.3) I hvilken grad føler du at livet ditt er meningsfullt?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F24.3 (F29.2.2) I hvilken grad gir ditt livssyn deg styrke til å møte vanskeligheter?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

F24.4 (F29.2.3) I hvilken grad hjelper ditt livssyn deg til å forstå vanskeligheter i livet?

Ikke i det hele tatt	Litt	Til en viss grad	I høy grad	I svært høy grad
1	2	3	4	5

**Takk for hjelpen!**

This translation was not created by the World Health Organization (WHO). WHO is not responsible for the content or accuracy of this translation. In the event of any inconsistency between the English and the translated version, the original English version shall be the binding and authentic version.