



# Spurningalisti um sjálfa/n þig og líðan þína – við upphaf meðferðar

## Spurning 1

a Greindu frá því vandamáli sem veldur þér mestum erfiðleikum. (Vinsamlegast skrifaðu í reitinn hér að neðan).

b Hversu mikil áhrif hefur það haft á þig undanfarna viku? (Vinsamlegast merktu aðeins í einn reit).

Engin áhrif  0  1  2  3  4  5  Mjög mikil áhrif

c Hvenær hafðir þú fyrst áhyggjur af þessu vandamáli? (Vinsamlegast merktu aðeins í einn reit).

Fyrir minna en mánuði síðan  Fyrir 1-3 mánuðum síðan  Fyrir 3-12 mánuðum síðan  Fyrir 1-5 árum síðan  Meira en 5 árum síðan

## Spurning 2

a Greindu frá öðru vandamáli sem veldur þér erfiðleikum. (Vinsamlegast skrifaðu í reitinn hér að neðan).

b Hversu mikil áhrif hefur það haft á þig undanfarna viku? (Vinsamlegast merktu aðeins í einn reit).

Engin áhrif  0  1  2  3  4  5  Mjög mikil áhrif

c Hvenær hafðir þú fyrst áhyggjur af þessu vandamáli? (Vinsamlegast merktu aðeins í einn reit).

Fyrir minna en mánuði síðan  Fyrir 1-3 mánuðum síðan  Fyrir 3-12 mánuðum síðan  Fyrir 1-5 árum síðan  Meira en 5 árum síðan

## Spurning 3

a Greindu frá einhverju sem þú átt í erfiðleikum með að gera vegna vandamálsins (eða vandamálanna).

b Hversu erfitt hefur verið að gera þetta undanfarna viku? (Vinsamlegast merktu aðeins í einn reit).

Alls ekki erfitt  0  1  2  3  4  5  Mjög erfitt

## Spurning 4

Hvernig hefur þér liðið undanfarna viku? (Vinsamlegast merktu aðeins í einn reit).

Mjög vel  0  1  2  3  4  5  Mjög illa



This questionnaire is called the Psychological Outcome Profiles questionnaire (PSYCHLOPS), Pre-Therapy, Version 4. It has been written by mental health professionals working with user groups.

See [www.psychlops.org](http://www.psychlops.org) All rights reserved © 2008, Department of General Practice and Primary Care, King's College London.

## Mat meðferðaraðila – við upphaf meðferðar

Meðferðaraðili skal fylla eftirfarandi út. Þessar upplýsingar fylgja síðan spurningalistanum.

Deild		Upphafsstafir sjúklings		Kennitala sjúkl.	
Upphafsstafir meðferðaraðila		Kyn sjúklings			
Dagsetning tilvísunar					
Dagsetning greiningarviðtals					
Dagsetning fyrirlagnar PSYCHLOPS – við upphaf meðferð					
Dagsetning fyrsta meðferðartíma (ef annar að ofan)					

## Skorun PSYCHLOPS

- PSYCHLOPS var hannaður til að meta breytingar á líðan fólks með geðræn vandamál. Skor fyrir meðferð eru borin saman við skor á meðan á meðferð stendur og við lok meðferðar.
- Öll svör eru skoruð á 6 punkta kvarða frá núll til fimm. Því hærra skor, því meiri erfiðleika á manneskjan við að glíma.
- Ekki eru allar spurningarnar á PSYCHLOPS skoraðar. Aðeins spurningar sem snúast um Vandamál (Spurning 1b og 2b), Virkni (Spurning 3b) og Velliðan (Spurning 4) eru skoraðar. Aðrar spurningar hafa ekki áhrif á heildarskorið en gefa þess í stað hagnýtar upplýsingar.
- Spurningar sem eru skoraðar eru merktar með eftirfarandi tákni :  Meðferðaraðilinn getur skráð skorin í þessa reiti.
- PSYCHLOPS samanstendur af þremur þáttum (Vandamál, Virkni og Velliðan) og fjórum spurningum sem eru skoraðar.
- Hæsta skor á PSYCHLOPS er 20 stig.
- Hæsta skor fyrir hverja spurningu er 5 stig.
- Ef bæði S1 (Vandamál 1) og S2 (Vandamál 2) hefur verið svarað, er heildarskorið reiknað út á eftirfarandi hátt:  $S1b + S2b + S3b + S4$ .
- Ef S1 (Vandamál 1) hefur verið svarað en sleppt hefur verið að svara S2 (Vandamál 2), er heildarskorið reiknað út á eftirfarandi hátt:  $(S1b \times 2) + S3b + S4$ . Með öðrum orðum er skor fyrir S1 margfaldað með tveimur. Þetta tryggir að hæsta skor sem einstaklingur getur fengið er 20 stig.

Heildarskor PSYCHLOPS - fyrir meðferð: \_\_\_\_\_