

# КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

## ВОПРОСНИК WHOQOL-BREF

### ИНСТРУКЦИИ

Следующие вопросы касаются Вашей точки зрения на качество жизни, на состояние здоровья и другие сферы Вашей жизни. Пожалуйста, отвечайте на все вопросы.

Пожалуйста, выберите ответ, который покажется наиболее подходящим. Если Вы не уверены, как ответить на вопрос, первый ответ, который придет Вам в голову, часто бывает наилучшим.

Пожалуйста, помните о своих стандартах, надеждах, развлечениях и интересах. Мы спрашиваем о том, какой Вы считаете свою жизнь **в течение последних двух недель**. Например, имея в виду последние две недели, Вы отвечаете на вопрос:

		Совсем нет	В основном нет	Когда как	В основном да	Да, вполне
	Получаете ли Вы какую-нибудь поддержку от других, когда Вам это нужно?	1	2	3	4	5

Вы должны выбрать тот ответ, который наилучшим образом описывает степень поддержки, которую Вы получили от других за последние две недели. Таким образом, Вы должны выбрать «В основном да», если Вы в основном получили поддержку от других.

		Совсем нет	В основном нет	Когда как	В основном да	Да, вполне
	Получаете ли Вы какую-нибудь поддержку от других, когда Вам это нужно?	1	2	3	4	5

Вы должны выбрать «Совсем нет», если Вы совсем не получили никакой поддержки, которая Вам была нужна от других за последние две недели.

		Очень плохо	Плохо	Ни плохо, ни хорошо	Хорошо	Очень хорошо
1.	Как Вы оцениваете качество Вашей жизни?	1	2	3	4	5

		Очень не удовлетворен	Не удовлетворен	Ни то, ни другое	Удовлетворен	Очень удовлетворен
2.	Насколько Вы удовлетворены состоянием своего здоровья?	1	2	3	4	5

В ответах на следующие вопросы укажите, **в какой степени** Вы испытывали определенные состояния в течение последних двух недель.

		Вовсе нет	Немного	Умеренно	В значительной степени	Полностью
3.	По Вашему мнению, в какой степени физические боли мешают Вам выполнять свои обязанности?	1	2	3	4	5
4.	В какой степени Вы нуждаетесь в какой-либо медицинской помощи для нормального функционирования в своей повседневной жизни?	1	2	3	4	5
5.	Насколько Вы довольны своей жизнью?	1	2	3	4	5
6.	Насколько, по Вашему мнению, Ваша жизнь наполнена смыслом?	1	2	3	4	5
7.	Насколько хорошо Вы можете концентрировать внимание?	1	2	3	4	5
8.	Насколько безопасно Вы чувствуете себя в повседневной жизни?	1	2	3	4	5
9.	Насколько здоровой является физическая среда вокруг Вас?	1	2	3	4	5

В следующих вопросах речь идет о том, **насколько полно** Вы ощущали или были в состоянии выполнять определенные функции в течение последних двух недель.

		Вовсе нет	Немного	Умеренно	В основном	Полностью
10.	Достаточно ли у Вас энергии для повседневной жизни?	1	2	3	4	5
11.	Способны ли Вы смириться со своим внешним видом?	1	2	3	4	5
12.	Достаточно ли у Вас денег для удовлетворения Ваших потребностей?	1	2	3	4	5
13.	Насколько доступна для Вас информация, необходимая в Вашей повседневной жизни?	1	2	3	4	5
14.	В какой мере у Вас есть возможности для отдыха и развлечений?	1	2	3	4	5

		Очень плохо	Плохо	Ни плохо, ни хорошо	Хорошо	Очень хорошо
15.	Насколько легко Вы можете добраться до нужных Вам мест?	1	2	3	4	5

В ответах на следующие вопросы укажите, **насколько** Вы были **довольны или удовлетворены** различными аспектами своей жизни в течение последних двух недель.

		Совершенно не удовлетворен	Не удовлетворен	Ни то, ни другое	Удовлетворен	Очень удовлетворен
16.	Насколько Вы удовлетворены своим сном?	1	2	3	4	5
17.	Насколько Вы удовлетворены способностью выполнять свои повседневные обязанности?	1	2	3	4	5
18.	Насколько Вы удовлетворены своей работоспособностью?	1	2	3	4	5
19.	Насколько Вы довольны собой?	1	2	3	4	5
20.	Насколько Вы удовлетворены личными взаимоотношениями?	1	2	3	4	5
21.	Насколько Вы удовлетворены своей сексуальной жизнью?	1	2	3	4	5
22.	Насколько Вы удовлетворены поддержкой, которую Вы получаете от своих друзей?	1	2	3	4	5
23.	Насколько Вы удовлетворены условиями в месте Вашего проживания?	1	2	3	4	5
24.	Насколько Вы удовлетворены доступностью медицинского обслуживания для Вас?	1	2	3	4	5
25.	Насколько Вы удовлетворены транспортом, которым Вы пользуетесь?	1	2	3	4	5

Следующий вопрос касается того, **насколько часто** Вы ощущали или переживали определенные состояния в течение последних двух недель.

		Никогда	Изредка	Довольно часто	Очень часто	Всегда
26.	Как часто у Вас были отрицательные переживания, например, плохое настроение, отчаяние, тревога, депрессия?	1	2	3	4	5

**БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО!**

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.