

استبيان موجز عن نوعية الحياة للمصابين باضطراب ثنائي القطب (Brief QoL.BD)

تستفسر البنود التالية عن مجموعة من التجارب والسلوكيات والمشاعر المتعلقة بنوعية الحياة. من فضلك أخبرنا عن نوعية الحياة التي تحياها بتقييم مدى موافقتك على كل عبارة من العبارات التالية. ضع دائرة حول الرقم الذي يصف تجربتك بشكل أفضل خلال الـ 7 أيام الماضية. لا تقضي وقتاً طويلاً عند كل عبارة، فما يهمنا هو انطباعاتك الأولى.

أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق بشدة	خلال الـ 7 أيام الماضية...	
5	4	3	2	1	شعرت أنني جيداً	1
5	4	3	2	1	استيقظت وأنا أشعر بالانتعاش	2
5	4	3	2	1	استمتعت بالأشياء بقدر ما أفعل عادة	3
5	4	3	2	1	كنت أركز بشكل جيد	4
5	4	3	2	1	كنت مهتماً بأنشطتي الترفيهية	5
5	4	3	2	1	كنت مهتماً بعلاقاتي الاجتماعية	6
5	4	3	2	1	مارست طقوس الروحية كما تمنيت	7
5	4	3	2	1	شعرت أن معي ما يكفي من المال لعمل أشياء إضافية	8
5	4	3	2	1	حافظت على منزلي مرتباً	9
5	4	3	2	1	شعرت بتقبل الآخرين لي	10
5	4	3	2	1	كنت أنتقل بحرية (على سبيل المثال، القيادة واستخدام المواصلات العامة)	11
5	4	3	2	1	كان لدي فكرة واضحة حول ما أريد وما لا أريد	12

Michalak and Murray 2009 ©