

**FERRANS IR POWERS  
 ASMENŲ PO NUGAROS SMEGENŲ PAŽEIDIMO  
 GYVENIMO KOKYBĖS INDEKSAS®  
 VERSIJA – III**

I dalis. Kiekvienam iš pateiktų klausimų, parinkite labiausiai Jūsų nuomone tinkamą atsakymą. Pažymėkite savo atsakymą apibraudami atitinkamą skaičių. Šioje anketoje nėra „teisingų“ arba „neteisingų“ atsakymų.

<b>KAIP JUS TENKINA:</b>	Visiškai netenkina	Netenkina	Šiek tiek netenkina	Šiek tiek tenkina	Tenkina	Visiškai tenkina
1. Jūsų sveikata?	1	2	3	4	5	6
2. Jūsų sveikatos priežiūra?	1	2	3	4	5	6
3. Skausmo intensyvumas, kurį patiriate?	1	2	3	4	5	6
4. Energijos kiekis, būtinas kasdieninei veiklai?	1	2	3	4	5	6
5. Gebėjimas be kitų pagalbos rūpintis savimi?	1	2	3	4	5	6
6. Gebėjimas lankytis kitose vietose?	1	2	3	4	5	6
7. Gebėjimas atkosėti?	1	2	3	4	5	6
8. Galimybė kontroliuoti/tvarkyti savo gyvenimą?	1	2	3	4	5	6
9. Galimybė gyventi tiek, kiek norėtumėte?	1	2	3	4	5	6
10. Jūsų šeimos narių sveikata?	1	2	3	4	5	6
11. Jūsų vaikai?	1	2	3	4	5	6
12. Galimybė susilaukti vaikų?	1	2	3	4	5	6
13. Jūsų šeimos laimė?	1	2	3	4	5	6
14. Jūsų seksualinis gyvenimas?	1	2	3	4	5	6
15. Jūsų sutuoktinis, mylimasis ar partneris (jeigu toks yra)?	1	2	3	4	5	6
16. Sutuoktinio, mylimojo ar partnerio nebuvimas?	1	2	3	4	5	6
17. Jūsų draugai?	1	2	3	4	5	6

(Prašome žiūrėti kitą puslapį)

<b>KAIP JUS TENKINA:</b>	Visiškai netenkina	Netenkina	Šiek tiek netenkina	Šiek tiek tenkina	Tenkina	Visiškai tenkina
18. Emocinė pagalba, kurią suteikia šeimos nariai?	1	2	3	4	5	6
19. Emocinė pagalba, kurią suteikia kiti žmonės?	1	2	3	4	5	6
20. Galimybė spręsti buitinius reikalus?	1	2	3	4	5	6
21. Jūsų naudingumas kitiems/aplinkiniams?	1	2	3	4	5	6
22. Rūpesčių našta Jūsų gyvenime?	1	2	3	4	5	6
23. Jūsų kaimynai/aplinkiniai?	1	2	3	4	5	6
24. Jūsų namas, butas, vieta, kurioje gyvenate?	1	2	3	4	5	6
25. Jūsų darbas (jei dirbate)?	1	2	3	4	5	6
26. Darbo nebuvimas (jei esate bedarbis, pensininkas, turite negalia)?	1	2	3	4	5	6
27. Jūsų išsilavinimas?	1	2	3	4	5	6
28. Jūsų galimybė tenkinti savo finansinius poreikius?	1	2	3	4	5	6
29. Tai, ką darote savo malonumui?	1	2	3	4	5	6
30. Galimybė būti laimingu ateityje?	1	2	3	4	5	6
31. Jūsų dvasinė ramybė?	1	2	3	4	5	6
32. Tikėjimas Dievu?	1	2	3	4	5	6
33. Jūsų asmeninių tikslų įgyvendinimas?	1	2	3	4	5	6
34. Sava laimė apskritai?	1	2	3	4	5	6
35. Jūsų gyvenimas apskritai?	1	2	3	4	5	6
36. Jūsų pačių išvaizda?	1	2	3	4	5	6
37. Jūs pats apskritai?	1	2	3	4	5	6

(Prašome žiūrėti kitą puslapį)

II dalis. Kiekvienam iš pateiktų klausimų, parinkite labiausiai Jūsų nuomone tinkamą atsakymą. Pažymėkite savo atsakymą apibraudami atitinkamą skaičių. Šioje anketoje nėra „teisingų“ arba „neteisingų“ atsakymų.

<b>KAIP SVARBU JUMS YRA:</b>	Visiškai nesvarbu	Nesvarbu	Nelabai svarbu	Šiek tiek svarbu	Svarbu	Labai svarbu
1. Jūsų sveikata?	1	2	3	4	5	6
2. Jūsų sveikatos priežiūra?	1	2	3	4	5	6
3. Nejausti skausmo?	1	2	3	4	5	6
4. Turėti pakankamai energijos kasdieninėje veikloje?	1	2	3	4	5	6
5. Rūpintis savimi be aplinkinių pagalbos?	1	2	3	4	5	6
6. Lankytis kitose vietose?	1	2	3	4	5	6
7. Gebėjimas atkosėti?	1	2	3	4	5	6
8. Kontroliuoti savo gyvenimą?	1	2	3	4	5	6
9. Galimybė gyventi tiek, kiek norėtumėte?	1	2	3	4	5	6
10. Jūsų šeimos narių sveikata?	1	2	3	4	5	6
11. Jūsų vaikai?	1	2	3	4	5	6
12. Galimybė susilaukti vaikų?	1	2	3	4	5	6
13. Jūsų šeimos laimė?	1	2	3	4	5	6
14. Jūsų seksualinis gyvenimas?	1	2	3	4	5	6
15. Jūsų sutuoktinis, mylimasis ar partneris (jeigu tokį turite)?	1	2	3	4	5	6
16. Sutuoktinio, mylimojo ar partnerio turėjimas (jei tokio neturite)?	1	2	3	4	5	6
17. Jūsų draugai?	1	2	3	4	5	6

(Prašome žiūrėti kitą puslapį)

<b>KAIP SVARBU JUMS YRA:</b>	Visiškai nesvarbu	Nesvarbu	Nelabai svarbu	Šiek tiek svarbu	Svarbu	Labai svarbu
18. Emocinė pagalba, kurią suteikia šeimos nariai?	1	2	3	4	5	6
19. Emocinė pagalba, kurią suteikia kiti žmonės (ne šeimos nariai)?	1	2	3	4	5	6
20. Rūpintis šeimos reikalais?	1	2	3	4	5	6
21. Būti naudingi kitiems/aplinkiniams?	1	2	3	4	5	6
22. Neturėti rūpesčių?	1	2	3	4	5	6
23. Jūsų kaimynai/aplinkiniai?	1	2	3	4	5	6
24. Jūsų namas, butas, vieta, kurioje gyvenate?	1	2	3	4	5	6
25. Jūsų darbas (jei dirbate)?	1	2	3	4	5	6
26. Turėti darbą (jei esate bedarbis, pensininkas, turite negalia)?	1	2	3	4	5	6
27. Jūsų išsilavinimas?	1	2	3	4	5	6
28. Galimybė tenkinti savo finansinius poreikius?	1	2	3	4	5	6
29. Ką nors daryti savo malonumui?	1	2	3	4	5	6
30. Laiminga ateitis?	1	2	3	4	5	6
31. Dvasinė ramybė?	1	2	3	4	5	6
32. Jūsų tikėjimas Dievu?	1	2	3	4	5	6
33. Jūsų asmeninių tikslų įgyvendinimas?	1	2	3	4	5	6
34. Laimė apskritai?	1	2	3	4	5	6
35. Būti patenkintam gyvenimu?	1	2	3	4	5	6
36. Jūsų pačių išvaizda?	1	2	3	4	5	6
37. Jūs pats?	1	2	3	4	5	6