КРАТКИЙ ОПРОСНИК ВОЗ ДЛЯ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ (WHOQOL-BREF)

		Очень плохо	**Плохо**	**Ни плохо, ни хорошо**	**Хорошо**	**Очень хорошо**
1.	Как Вы оцениваете качество Вашей жизни?	1	2	3	4	5
		Очень неудовлет-ворен	**Неудов-летворен**	**Ни то, ни другое**	**Удовлет ворен**	**Очень удовлет-ворен**
2.	Насколько Вы удовлетворены состоянием своего здоровья?	1	2	3	4	5

		Вовсе нет	**Немного**	**Умеренно**	**В значительной степени**	**Чрезмерно**
3.	По Вашему мнению, в какой степени физические боли мешают Вам выполнять свои обязанности?	5	4	3	2	1
4.	В какой степени Вы нуждаетесь в какой-либо медицинской помощи для нормального функционирования в своей повседневной жизни?	5	4	3	2	1
5.	Насколько Вы довольны своею жизнью?	1	2	3	4	5

		Вовсе нет	**Немного**	**Умеренно**	**В значительной степени**	**Чрезмерно**
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

		Вовсе нет	**Немного**	**Умерен-но**	**В основном**	**Пол-ностью**
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

		Совершенно не удовлет ворен	Не удов-летворен	Ни то, ни другое	Удовлет-ворен	Очень удов-летворен
16.	Насколько Вы удовлетворены своим сном?	1	2	3	4	5
17.	Насколько Вы удов-летворены способ-ностью выполнять свои повседневные обязанности?	1	2	3	4	5
18.	Насколько Вы удовлетворены своею трудо-способностью?	1	2	3	4	5
19.	Насколько Вы довольны собой?	1	2	3	4	5
20.	Насколько Вы удовлетворены личными взаимо-отношениями?	1	2	3	4	5

		Совершенно не удовлет ворен	Не удов-летво рен	Ни то, ни другое	Удов-лет-ворен	Очень удов-летворен
21.	Насколько Вы удовлетворены своею 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

		Совершен-но не удов-летворен	**Не удов-летво рен**	**Ни то, ни другое**	**Удов-лет-ворен**	**Очень удов-летворен**
24.	Насколько Вы удовлетворены доступностью меди-цинского обслужива-ния для Вас?	1	2	3	4	5
25.	Насколько Вы удовлетворены транспортом, которым Вы пользуетесь?	1	2	3	4	5

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

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

- **<u>Сфера 1. Физическое и психологическое благополучие:</u>**
  (6-Q3) + (6-Q4) + Q10 + Q15 + Q16 + Q17 + Q18 **(35)**

- **<u>Сфера 2. Самовосприятие:</u>**
  Q5 + Q6 + Q7 + Q11 + Q19 + (6-Q26) **(30)**

- **<u>Сфера 3. Микросоциальная поддержка:</u>**
  Q20 + Q21 + Q22 **(15)**

- **<u>Сфера 4. Социальное благополучие:</u>**
  Q8 + Q9 + Q12 + Q13 + Q14 + Q23 + Q24 + Q25 **(40)**

Формула вычисления значений

$$R = N / (max) \times 100\%$$

Критерии интерпретации

- **0% - 20%** - низкий показатель
- **21% - 40%** - пониженный показатель
- **41% - 60%** - средний показатель
- **61% - 80%** - повышенный показатель
- **81% - 100%** - высокий показатель.