

# Assessment of Life Habit

Adapted for children 5 to 13 years

**Children Short Form**

64 items

■ Translation in Norwegian

**SPECIMEN**



# Kartlegging av livsvaner

(LIFE-H for barn 5-13, 1.0)

---

Tilpasset for barn 5-13 år  
**Barn kort versjon**



**Utviklet av**

Patrick Fougeyrollas  
Luc Noreau  
Céline Lepage

**I samarbeid med**

Lucie Boissière  
Kathryn Boschen

Roger Picard  
Ginette St Michel

English Original Version  
Edition June 2003

Engelsk originalversjon  
Juni 2003

**SPECIMEN**

RIPPH/INDCP  
525, boul. Wilfrid-Hamel Est, local A-08  
Québec (Québec)  
Canada G1M 2S8

E-mail : [ripph@irdpq.qc.ca](mailto:ripph@irdpq.qc.ca)

© INDCP, 2002 – All rights reserved

Legal deposit, 2004  
Bibliothèque nationale du Québec  
National Library of Canada  
ISBN 2-922213-32-3 (Engelsk originalversjon)

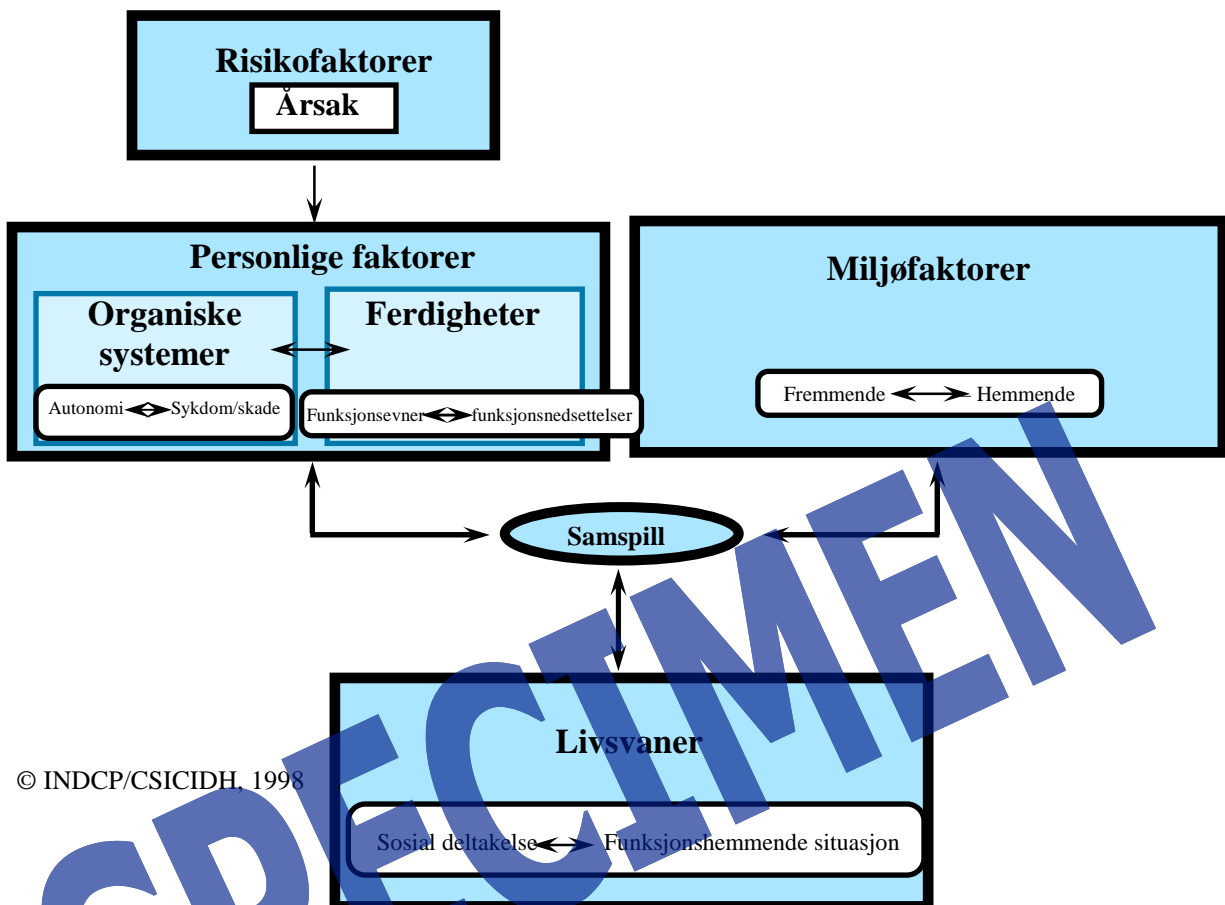
# Innholdsfortegnelse

---

Den funksjonshemmende utviklingsprosessen: Referansemodellen.....	4
Instruksjoner til respondentene .....	5
Spørreskjemaets spørsmål og format .....	6
Nivåer for utførelse .....	7
Type nødvendig assistanse.....	8
Eksempler på utførelsen av noen livsvaner .....	9
Grad av tilfredshet.....	12
Identifikasjon av den unge personen.....	13
Spørreskjema .....	14
Kommentarer .....	19
Oppsummering av resultatene.....	20

**SPECIMEN**

# Den funksjonsheemmende utviklingsprosessen: Referansemodellen



© INDCP/CSICIDH, 1998

Denne modellen, kjent som DCP, gjør en istand til å identifisere og forklare årsakene og konsekvensene av sykdom, skade og forstyrrelser i en persons utvikling.

DCP viser at utførelsen av livsvaner ikke bare er resultatet av vår identitet, våre valg, sykdom/skader på våre organer, våre funksjonsevner og funksjonsnedsettelse, men også egenskapene ved miljøet vi lever i.

Utførelsen av livsvaner i seg selv kan påvirkes av forsterkningen av våre ferdigheter og kompensasjon for våre funksjonsnedsettelse gjennom rehabilitering, så vel som ved reduksjon av hindringer som skyldes fordommer, mangel på assistanse eller ressurser, eller mangel på tilgjengelighet innen hjem eller skole.

Måling av utførelsen av livsvaner innebærer å identifisere resultatet av samspillet mellom personen og hans eller hennes miljø. Vi snakker derfor om kvaliteten på personens sosiale deltakelse eller intensiteten av de funksjonsheemmende situasjoner personen opplever.

DCP er dermed en positiv model, som ikke legger ansvaret for funksjonsnedsettelse på personen.

© INDCP/CSICIDH, 1998

# Instruksjoner til respondentene

---

**Vennligst les instruksjonene grundig. De vil gjøre deg kjent med spørreskjemaet og gjøre det lettere for deg å besvare det.**

På generell basis har dette spørreskjemaet til hensikt å samle informasjon om en gruppe livsvaner som er karakteristisk for en ung person i sitt miljø (hjem, skole og nabolag). Det ble utviklet for personer i alderen 5 til 13 år.

**Livsvaner** er *daglige aktiviteter* (spise måltider, kommunisere med andre, forflytte seg omkring) og *sosiale roller* (gå på skolen, være engasjert i sosiale forhold, delta i fritidsaktiviteter) som sikrer at et ungt menneske overlever og oppnår sitt potensial i samfunnet gjennom livet. Utførelsen av livsvaner avhenger av den unge personens alder, forventninger fra hans/hennes miljø, og kulturelle faktorer.

Du blir bedt om å angi hvordan den unge personen vanligvis utfører hver livsvane i dagliglivet, for å gi et gjennomsnittlig nivå for utførelse. **Formålet med dette spørreskjemaet er å fastslå hvordan den unge personen utfører livsvanene.**

SPECIMEN

---

## Merknad til respondentene

Vær vennlig å besvare spørreskjemaet fritt, ut fra dine egne oppfatninger; det er ingen riktige eller gale svar. Hvis du ikke er komfortabel med å besvare enkelte av de mer personlige spørsmålene, hopp gjerne over dem.

# Spørreskjemaets spørsmål og format

Det er to (2) spørsmål for hver livsvane.

## Spørsmål 1

vil avgjøre følgende for hver av den unge personens livsvaner:

**A** nivå for utførelse  
og

**B** type assistanse som trengs for å utføre den

Vær oppmerksom på at svarene på delspørsmålene (A & B) er beslektet.

## Spørsmål 2

vil avgjøre, for hver av den unge personens livsvaner, din grad av tilfredshet som respondent (forelder/foresatt, fagperson eller den unge personen selv)

Dette er vurderingsskalaen du finner øverst på hver side i spørreskjemaet.

Besvar følgende to spørsmål (kryss av i aktuelle bokser)		Spørsmål 1					Spørsmål 2									
1	For hver av de følgende livsvanene, kryss av	<b>A</b> Nivå for utførelse (Sett bare 1 kryss)					<b>B</b> Type assistanse (Sett 1 eller flere kryss, om nødvendig)					<b>Grad av tilfredshet</b> (Sett bare 1 kryss)				
		A. Hvordan den unge personen vanligvis utfører den, og					B. Type assistanse som trengs for å utføre den.									
2	For hver av de følgende livsvanene, kryss av for din grad av tilfredshet med hvordan den unge personen utfører den.	Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds	
*Dette refererer til personlig assistanse i tillegg til den hjelpen en ung person på samme alder vanligvis krever.																
N.B. Vær oppmerksom på at svarene skal reflektere den unge personens vanlige måte å utføre livsvanene på.																

# Nivå for utførelse

## Spørsmål 1-A

For hver av de følgende livsvanene, kryss av hvordan den unge personen vanligvis utfører den.

For dette delspørsmålet, vennligst **kryss av kun et utførelsesnivå** for hver livsvane i skjemaet. De følgende beskrivelsene forklarer hvordan hvert utførelsesnivå blir definert.

### Uten vanskeligheter

Den unge personen utfører livsvanen med letthet eller med lite vanskeligheter selv om det krever en tilpasning\*, et hjelpemiddel\*, eller personhjelp.

### Med vanskeligheter

Den unge personen utfører livsvanen med vanskeligheter (ubehag, mye krefter, etc.) selv om det krever en tilpasning, et hjelpemiddel, eller personhjelp.

### Utført av en annen person

Den unge personen kan ikke delta aktivt i gjennomføringen av livsvanen på grunn av funksjonsnedsettelse som er for alvorlige eller hindringer som er for store. Siden denne vanen er grunnleggende i de fleste tilfeller (vaske seg, kle på seg, bevege seg omkring etc.), blir den i sin helhet utført av en annen person.

### Ikke utført

Den unge personen kan ikke utføre livsvanen fordi

- 1) Funksjonsnedsettelsene er for alvorlige
- 2) Hindringene er for store, eller
- 3) Det er mangel på assistanse

Siden dette **ikke** er en **grunnleggende** livsvane i de fleste tilfeller (f.eks. delta i skoleaktiviteter utenom pensum, gå på kino etc.) kan den ikke utføres av noen andre.

### Ikke aktuelt

Denne livsvanen er ikke del av den unge personens daglige aktiviteter på grunn av

- 1) Har aldri gjort den eller behøvd å gjøre den (f.eks. å benytte offentlig transport)
- 2) Alder eller kjønn (f.eks. å bruke hygieniske menstruasjonsprodukt),
- 3) Den unge personens omgivelser (f.eks. å bruke balkong eller hage hvis familien ikke har en), eller
- 4) Et personlig, familiært eller sosiokulturelt valg (f.eks. kunstneriske aktiviteter, musikk, maling, dans etc.).

\*Definisjoner av disse begrepene finnes på neste side.



# Type nødvendig assistanse

---

## Spørsmål 1-B

For hver av de følgende livsvanene, kryss av hvilken type assistanse som er nødvendig.

Du kan krysse av mer enn en boks (under **Type assistanse**) hvis alle passer for måten barnet utfører livsvanen. Her er definisjoner av hver type assistanse:

### Ingen assistanse

Den unge personen utfører livsvanen selv uten hjelpemiddel, tilpasning eller personhjelp. I denne situasjonen skal ingen annen boks krysses ut.

### Hjelpemiddel\*

Hvilken som helst (ikke menneskelig) støtte brukt til å bistå i utførelsen av livsvaner, slik som en rullestol, et synshjelpemiddel, et hørselshjelpemiddel, et badekarsete, medikamenter eller annet utstyr. Generelt; **den unge personen kan ta hjelpemiddelet med seg.**

### Tilpasning

En hvilken som helst modifisering av den unge persons omgivelser eller oppgaver for å fremme utførelsen av livsvanen, slik som en rampe, bredere døråpning, lystilpasninger, tilpasning av oppgaven, modifisering av livsvanen, eller **den avsatte tiden til å gjennomføre den** (ha mer tid til å fullføre den). Generelt; **den unge personen kan ikke ta med seg de fysiske tilpasningene.**

### Ekstra menneskelig assistanse

Dette er assistanse som trengs fordi den unge persons funksjonsnedsettelse eller hindringer i miljøet er i tillegg til hjelpen som er nødvendig på grunn av personens alder. Det er definert som hvilken som helst person som hjelper den unge personen i utførelsen av livsvaner, inkludert foreldre\*\*, venner, ansatte etc. Dette innebærer fysisk hjelp, veiledning, verbal instruksjon, oppmuntring etc. Hvis den unge personen ikke trenger assistanse utover den hjelp unge mennesker uten funksjonsnedsettelse på samme alder trenger, kryss ikke av i boksen for **Ekstra menneskelig assistanse.**

---

#### \* Merknad 1

Boksen for **Hjelpemiddel** skal bare krysses av dersom barnets utførelse av livsvanen krever bruk av dette (f.eks. en rullestol for å bevege seg omkring, et hørselshjelpemiddel for å kommunisere).

#### \*\* Merknad 2

Begrepet "foreldre" inkluderer alle personer som lovmessig er ansvarlig for barnet

# Eksempler på utførelsen av noen livsvaner

Deltar i tilberedelse av måltid	Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
Hvis den unge personen utfører denne livsvanen med letthet, kryss av i boksen for <b>Uten vanskeligheter</b> .	√													
Hvis det er vanskelig for den unge personen å ta del i tilberedelse av måltider, kryss av i boksen for <b>Med vanskeligheter</b> .		√												
Hvis den unge personen ikke deltar aktivt i denne livsvanen på grunn av funksjonsnedsettelse som er for alvorlige eller hindringer som er for store, og en annen person gjør det for barnet, kryss av i boksen for <b>Utført av en annen person</b> .			√											
Hvis den unge personen ikke kan delta i tilberedelse av måltid på grunn av funksjonsnedsettelse som er for alvorlig, kryss av i boksen for <b>Ikke utført</b> .				√										
Hvis den unge personen ikke har som vane å ta del i tilberedelse av måltider etter eget valg, og ikke som følge av funksjonsnedsettelse eller hindringer, da er ikke denne livsvanen del av barnets daglige aktiviteter og du skal krysse av i boksen for <b>Ikke aktuelt</b> .				√										
Hvis den unge personen ikke trenger assistanse for å utføre livsvanen, kryss av i boksen for <b>Ingen assistanse</b> . Det er mulig at barnet ikke trenger assistanse selv om boksen for <b>Med vanskeligheter</b> har blitt krysset av. Dersom barnet må bruke tilpasset utstyr for å delta i måltidstilberedelse, kryss av i boksen for <b>Hjelpemidler</b> .		√				√		√						
Hvis den unge personen bruker spesialutstyr (tang, ortoser, lokkåpner etc.) for å delta i tilberedelsen av måltid, kryss av i boksen for <b>Hjelpemiddel</b>							√							
Hvis den unge personen trenger mer tid til å utføre denne livsvanen, kryss av i boksen for <b>Tilpasning</b> .								√						

# Eksempler på utførelsen av noen livsvaner

	Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
Hvis den unge personen trenger noen andres hjelp for å ta del i tilberedelsen av måltid som følge av hans eller hennes funksjonsnedsettelse, eller fordi kjøkkenet ikke er tilpasset, kryss av i boksen for <b>Ekstra personhjelp</b> . Dersom den unge personen trenger hjelp til denne livsvanen kun på grunn av hans eller hennes alder, kryss ikke av i boksen for <b>Ekstra personhjelp</b> .									✓					
<b>Kommer seg til, komme inn og bevege seg rundt i lokale fritidsfasiliteter*</b>  Dersom den unge personen bruker en rampe for denne livsvanen, kryss av i boksen for <b>Tilpasning</b> .								✓						
<b>Bruker telefon (hjemme eller i kjente omgivelser)</b>  Dersom den unge personen bruker en audrittiv innretning for å bruke telefonen, kryss av i boksen for <b>Hjelpemiddel</b> .							✓							

## \* Merknad

Hvis den unge personen bruker en rullestol og har lyst til å dra til et fritidsanlegg som ikke er tilgjengelig med rullestol (ingen rampe eller heis etc.), kryss av i boksen for **Ikke utført**. Dette betyr at livsvanen ikke utføres på grunn av hindringer som er for store eller på grunn av mangel på assistanse. Men, hvis å dra til fritidsanlegg ikke er nødvendig (ingen interesse, ikke behov etc.), kryss av i boksen for **Ikke aktuelt**.

# Eksempler på utførelsen av noen livsvaner

	Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
<p><b>Bruker en datamaskin</b></p> <p>Hvis den unge personen bruker et synshjelpemiddel (teleskopsystem, lesestøtte, forstørrelsespeker, software for skriftforstørrelse etc.), kryss av i boksen for <b>hjelpemiddel</b>. Hvis den unge personen trenger mer tid til å utføre denne aktiviteten, kryss av i boksen for <b>Tilpasning</b>. Hvis den unge personen trenger verbale instruksjoner eller oppmuntring som ikke kreves av en person uten funksjonsnedsettelse på samme alder, kryss av i boksen for <b>Ekstra personhjelp</b>.</p>							✓	✓	✓					
<p><b>Skriftlig kommunikasjon (skrive ord, setninger, en kort tekst etc.)</b></p> <p>Hvis den unge personen trenger mer tid på å utføre denne livsvanen, kryss av i boksen for <b>Tilpasning</b>.</p>							✓							

For enkelte livsvaner kan boksene **Utført av en annen person**, **Ikke utført** og **Ikke aktuelt** ikke krysses ut (f.eks. falle i søvn, sove godt, våkne) fordi disse livsvanene er avgjørende for den unge persons overlevelse.

Eksempler er satt i parentes for alle livsvanene (s. 9-11). Eksemplene er ikke utelukkende. Det er heller ikke nødvendig å utføre alle livsvanene, kun de som er relevante for den unge personen.

# Grad av tilfredshet

---

## Spørsmål 2

**For hver av de følgende livsvanene, kryss av graden av tilfredshet med hvordan den unge personen utfører den.**

Dette andre spørsmålet er knyttet til din personlige evaluering av den unge persons utførelsesnivå for livsvaner. Vennligst svar fritt, basert på ditt dagligliv og personlige erfaring. Hvis respondenten er den unge personen selv, knyttes spørsmålene til den unge persons egen evaluering av hans/hennes grad av utførelse av livsvaner.

Nivået **Mer eller mindre tilfreds** betyr at i enkelte situasjoner eller enkelte dager er du tilfreds mens andre dager er du utilfreds med utførelsesnivået.

**SPECIMEN**

# Identifikasjon av den unge personen

---

**1** Navn:

---

**2** Fødselsdato: DD MM ÅÅÅÅ  
/ /

---

**3** Kjønn:  Jente  Gutt

---

**4** Dato for vurdering: DD MM ÅÅÅÅ  
/ /

---

**5** Hvordan spørreskjemaet ble besvart:

---

- Selvadministrert
- Intervju

**6** Respondenten er:

---

- Den unge personen selv
  - En forelder/foresatt
  - En fagperson (navn og yrke)
- 
- 

**7** Grad av tilfredshet er opplevd av:

---

- Den unge personen selv
- Forelder/foresatt
- Fagpersonen

# Spørreskjema

**Besvar følgende to spørsmål  
(kryss av i aktuelle bokser)**

**1 For hver av de følgende livsvanene, kryss av**

- A. Hvordan den unge personen vanligvis utfører den,  
og  
B. Type assistanse som trengs for å utføre den.

**2 For hver av de følgende livsvanene, kryss av for din grad av tilfredshet med hvordan den unge personen utfører den.**

\*Dette refererer til personlig assistanse i tillegg til den hjelpen en ung person på samme alder vanligvis krever.

N.B. Vær oppmerksom på at svarene skal reflektere den unge personens vanlige måte å utføre livsvanene på.

		Spørsmål 1						Spørsmål 2							
		A Nivå for utførelse (Sett bare 1 kryss)			B Type assistanse (Sett 1 eller flere kryss, om nødvendig)			Grad av tilfredshet (Sett bare 1 kryss)							
		Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
<b>Ernæring</b>															
Velger ut passende mat til små måltider og måltider, ut fra smak eller spesifikke behov (mengde, type mat etc.)															1.1
Tar del i tilberedelse av måltider (inkludert bruk av enkelte kjøkkenapparater)															1.2
Spiser måltider (inkludert bruken av service og bestikk, allmenn bordskikk etc.)															1.3.1
Spiser ute på en restaurant (bordsservering og "fast-food")															1.3.2
<b>Fysisk form</b>															
Kommer inn og ut av sengen															2.1
Sover (velvære, varighet, komfort etc.)															2.2
Deltar i fysisk aktivitet for å vedlikeholde eller forbedre fysisk form eller helse															2.3
Deltar i stille aktiviteter som er avslappende eller krever oppmerksomhet (hører på musikk eller en historie, hukommelsesspill etc.)															2.4
<b>Egenomsorg</b>															
Deltar i personlige hygiene (vasker seg, pusser tenner, grer håret, bader eller dusjer, etc.)															3.1
Bruker toalettet hjemme (inkludert å trekke ned)															3.2.1
Bruker toalett utenfor hjemmet (inkludert å trekke ned)															3.2.2

**Besvar følgende to spørsmål  
(kryss av i aktuelle bokser)**

**1 For hver av de følgende livsvanene, kryss av**

A. Hvordan den unge personen vanligvis utfører den,  
og  
B. Type assistanse som trengs for å utføre den.

**2 For hver av de følgende livsvanene, kryss av for din grad av tilfredshet med hvordan den unge personen utfører den.**

\*Dette refererer til personlig assistanse i tillegg til den hjelpen en ung person på samme alder vanligvis krever.

N.B. Vær oppmerksom på at svarene skal reflektere den unge personens vanlige måte å utføre livsvanene på.

**Spørsmål 1**

**A Nivå for utførelse**  
(Sett bare 1 kryss)

**B Type assistanse**  
(Sett 1 eller flere kryss, om nødvendig)

**Spørsmål 2**

**Grad av tilfredshet**  
(Sett bare 1 kryss)

Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
---------------------	--------------------	---------------------------	-------------	--------------	------------------	--------------	------------	---------------------	-----------------	-----------	---------------------------	----------	----------------

Kler på og av seg på overkroppen (inkludert kneppe knapper og glidelåser samt valg av klær)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3.3.1\_\_\_

Kler på og av seg på nedre del av kroppen (inkludert kneppe knapper, glidelåser og lisser samt valg av klær)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3.3.2\_\_\_

Tar på, fjerner og vedlikeholder hjelpemidler (ortoser, høreapparat, kontaktlinser, briller etc.)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3.3.3\_\_\_

Tar del i personlig helseomsorg (førstehjelp, følger behandlingsinstruksjoner, medisiner etc.)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3.4.1\_\_\_

Benytter tilbudet ved en medisinsk klinikk, sykehus, rehabiliteringssenter eller lokal klinikk

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3.4.2\_\_\_

**Kommunikasjon**

Kommuniserer med en voksen hjemme eller i lokalsamfunnet (uttrykker behov, fører en samtale etc.)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

4.1.1\_\_\_

Kommuniserer med en ung person hjemme eller i lokalsamfunnet (uttrykker behov, fører en samtale etc.)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

4.1.2\_\_\_

Kommuniserer med en gruppe mennesker hjemme eller i lokalsamfunnet (uttrykker ideer, fører en samtale etc.)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

4.1.3\_\_\_

Skriftlig kommunikasjon (skriver ord, setninger, en kort tekst etc.)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

4.2.1\_\_\_

Leser og forstår skriftlig informasjon (ord, bøker, grafiske symboler, skriftlige instruksjoner, skilt etc.)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

4.2.2\_\_\_

Bruker telefon hjemme

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

4.3.1\_\_\_

Bruker datamaskin

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

4.3.2\_\_\_

Bruker TV, videoapparat, lydanlegg, discman

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

4.3.3\_\_\_



**Besvar følgende to spørsmål (kryss av i aktuelle bokser)**

**1 For hver av de følgende livsvanene, kryss av**

A. Hvordan den unge personen vanligvis utfører den,  
og  
B. Type assistanse som trengs for å utføre den.

**2 For hver av de følgende livsvanene, kryss av for din grad av tilfredshet med hvordan den unge personen utfører den.**

\*Dette refererer til personlig assistanse i tillegg til den hjelpen en ung person på samme alder vanligvis krever.

N.B. Vær oppmerksom på at svarene skal reflektere den unge personens vanlige måte å utføre livsvanene på.

Spørsmål 1						Spørsmål 2							
A Nivå for utførelse (Sett bare 1 kryss)			B Type assistanse (Sett 1 eller flere kryss, om nødvendig)			Grad av tilfredshet (Sett bare 1 kryss)							
Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds

**Bolig**

Deltar i husholdningsoppgaver (enkel vasking, rer opp sengen, rydder etc.)														5.2.1
Deltar i ivaretagelsen av utearealene (klipper plenen, måker snø etc.)														5.2.2
Kommer inn og ut av boligen														5.3.1
Beveger seg omkring i boligen														5.3.2
Bruker møblene og utstyret hjemme (bord, lagringsplass, belysning, utendørs lekeutstyr etc.)														5.3.3
Beveger seg omkring utenfor boligen (hagen, tomten)														5.3.4

**Mobilitet**

Beveger seg omkring på gater og fortau (inkludert å krysse veien)														6.1.1
Beveger seg omkring på glatte eller ujevne underlag (snø, is, gress, grus etc.)														6.1.2
Sykler (som transportmiddel, til fritid etc.)														6.2.1
Være passasjer i et kjøretøy (bil, buss, taxi etc.) (tilpasset transport ansees som en tilpasning)														6.2.2

**Ansvarsområder**

Er klar over verdien av mynter og sedler, og bruker dem korrekt														7.1.1
Håndterer lommepenger (sparing, små innkjøp etc.)														7.1.2
Bruker bankkort og minibank														7.1.3
Handler, går ærend (velger- og betale for varer, adgang til butikker etc.)														7.1.4

**Besvar følgende to spørsmål  
(kryss av i aktuelle bokser)**

**1 For hver av de følgende livsvanene, kryss av**

A. Hvordan den unge personen vanligvis utfører den,  
og  
B. Type assistanse som trengs for å utføre den.

**2 For hver av de følgende livsvanene, kryss av for din grad av tilfredshet med hvordan den unge personen utfører den.**

\*Dette refererer til personlig assistanse i tillegg til den hjelpen en ung person på samme alder vanligvis krever.

N.B. Vær oppmerksom på at svarene skal reflektere den unge personens vanlige måte å utføre livsvanene på.

**Spørsmål 1**

**A Nivå for utførelse**  
(Sett bare 1 kryss)

**B Type assistanse**  
(Sett 1 eller flere kryss, om nødvendig)

**Spørsmål 2**

**Grad av tilfredshet**  
(Sett bare 1 kryss)

	Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
Respekterer andre menneskers eiendeler og rettigheter (personlige gjenstander, regler for oppførsel etc.)														
Tar ansvar for seg selv, står på for rettigheter														
Hjelper til hjemme (gjør en tjeneste for foreldre eller andre familiemedlemmer)														

7.2.1\_\_\_

7.2.2\_\_\_

7.3\_\_\_

**Mellommenneskelige forhold**

Opprettholder et kjærlig forhold til foreldrene														
Opprettholder et kjærlig forhold til andre medlemmer av den nærmeste familien (søstre, brødre etc.)														
Opprettholder et kjærlig eller sosialt forhold til andre slektninger (besteforeldre, søskenbarn etc.)														
Er involvert eller deltar i seksualforberedende aktiviteter (informasjon, diskusjoner, fysisk kontakt etc.)														
Opprettholder vennskapelige eller sosiale bånd til andre unge mennesker (skole, fritidsaktiviteter etc.)														
Opprettholder sosiale bånd til voksne (lærere, instruktører etc.)														

8.1.1\_\_\_

8.1.2\_\_\_

8.1.3\_\_\_

8.1.4\_\_\_

8.2.1\_\_\_

8.2.2\_\_\_

**Livet i lokalsamfunnet**

Deltar i aktivitetene til grupper i nærmiljøet, studentforeninger etc. (speideren, klassekomiteer, ulike organisasjoner etc.)														
Deltar i religiøse eller åndelige aktiviteter														

9.1.1\_\_\_

9.1.2\_\_\_

**Utdanning**

Kommer seg til skolen, kommer inn og omkring på skolen og i skolegården (inkludert bærer skolesekken)														
Tar del i læringsaktiviteter på skolen (verksted, klasstimer, oppgaver, prøver etc.)														

10.1\_\_\_

10.2\_\_\_

**Besvar følgende to spørsmål (kryss av i aktuelle bokser)**

**1 For hver av de følgende livsvanene, kryss av**

A. Hvordan den unge personen vanligvis utfører den,  
og  
B. Type assistanse som trengs for å utføre den.

**2 For hver av de følgende livsvanene, kryss av for din grad av tilfredshet med hvordan den unge personen utfører den.**

\*Dette refererer til personlig assistanse i tillegg til den hjelpen en ung person på samme alder vanligvis krever.

N.B. Vær oppmerksom på at svarene skal reflektere den unge personens vanlige måte å utføre livsvanene på.

		Spørsmål 1						Spørsmål 2							
		A Nivå for utførelse (Sett bare 1 kryss)			B Type assistanse (Sett 1 eller flere kryss, om nødvendig)			Grad av tilfredshet (Sett bare 1 kryss)							
		Uten vanskeligheter	Med vanskeligheter	Utført av en annen person	Ikke utført	Ikke aktuelt	Ingen assistanse	Hjelpemiddel	Tilpasning	Ekstra personhjelp*	Svært utilfreds	Utilfreds	Mer eller mindre tilfreds	Tilfreds	Svært tilfreds
Tar spesialiserte fag (gym, musikk etc.)															10.3
Bruker skolefasilitetene (kantine, skolegård, idrettshall, dagsenter etc.)															10.4
Gjør hjemmearbeid															10.5
Tar del i skoleaktiviteter (utenom pensum, turer, ekskursjoner etc.)															10.6
<b>Arbeid</b>															
Utfører små betalte eller ubetalte jobber (sitte barnevakt, leverer aviser, klipper plener etc.)															11.3.1
<b>Fritid</b>															
Tar del i sports- eller fritidsaktiviteter (sport og spill, friluftsliv etc.)															12.1.1
Leker individuelle eller gruppeleker innendørs eller utendørs (kortspill, ballspill, videospill etc.)															12.1.2
Deltar på sportsarrangement (fotball, hockey etc.)															12.1.3
Tar del i kunstneriske, kulturelle eller formingsaktiviteter (musikk, dans, kunst og håndverk etc.)															12.2.1
Deltar på kunstneriske eller kulturelle arrangement (konserter, kino, teater etc.)															12.2.2
Tar del i turistaktiviteter (reise, besøke naturlige eller historiske steder, etc.)															12.2.3
Kommer til, komme inn og omkring i lokale fritidsfasiliteter															12.2.4
Benytter lokale fritidstilbud (bibliotek, kommunalt fritidssenter etc.)															12.2.5

# Kommentarer

---

**Bruk følgende linjer til generelle kommentarer eller merknader knyttet spesifikt til en eller flere av de følgende emnene, relatert til den unge personen:**

- a) Utførelsesnivå
- b) Typen nødvendig assistanse
- c) Grad av tilfredshet

- eller til generelle kommentarer vedrørende andre deler av spørreskjemaet.

**SPECIMEN**

# Oppsummering av resultater

**SPECIMEN**

Livsvaner - skala for utførelse		
Skåre	Vanskelighetsnivå	Type assistanse
9	Uten vanskeligheter	Ingen assistanse
8	Uten vanskeligheter	Hjelpemiddel (eller tilpasning)
7	Med vanskeligheter	Ingen assistanse
6	Med vanskeligheter	Hjelpemiddel (eller tilpasning)
5	Ingen vanskeligheter	Menneskelig assistanse
4	Ingen vanskeligheter	Hjelpemiddel (eller tilpasning) og menneskelig assistanse
3	Med vanskeligheter	Menneskelig assistanse
2	Med vanskeligheter	Hjelpemiddel (eller tilpasning) og menneskelig assistanse
1	Utført gjennom stedfortreder	
0	Ikke utført	
I/A	Ikke aktuelt	

**Formel: Beregning av utførelsesnivå (Vektet skåre)**  
 $(\sum \text{Skåre} \times 10) \div (\text{Antall aktuelle livsvaner} \times 9)$

**Eksempel: Beregning av utførelsesnivå**  
 (LIFE-H Tilpasset for barn 5-13 år, Barn kort versjon 1.0)

Beregning av skåre			Eksempel		
Kategorier	Antall aktuelle livsvaner	Skåre (range)	Antall aktuelle livsvaner	Råskåre	Vektet skåre (0-10)
Ernæring	4	0-36	4	25	6,9
Fysisk form	4	0-36	4	24	6,7
Personlig omsorg	8	0-72	8	41	5,7
Kommunikasjon	8	0-72	8	49	6,8
Bolig	6	0-54	5	24	5,3
Mobilitet	4	0-36	4	17	4,7
Ansvarsoppgaver	7	0-63	6	15	2,8
Mellommenneskelige forhold	6	0-54	5	35	7,8
Samfunnsliv	2	0-18	1	2	2,2
Utdanning	6	0-54	5	26	5,8
Arbeid	1	0-9	0	0	0
Fritid	8	0-72	6	37	6,9
<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>0-576</b>	<b>56</b>	<b>295</b>	<b>5,9 / 10</b>

#### Kategorier for livsvaner – Utførelsesnivå

Utførelsesnivå: 0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10

#### Kategorier for livsvaner

Ernæring	6,9	Ansvarsoppgaver	2,8
Fysisk form	6,7	Mellommenneskelige forhold	7,8
Personlig omsorg	5,7	Samfunnsliv	2,2
Kommunikasjon	6,8	Utdanning	5,8
Bolig	5,3	Arbeid	0
Mobilitet	4,7	Fritid	6,9