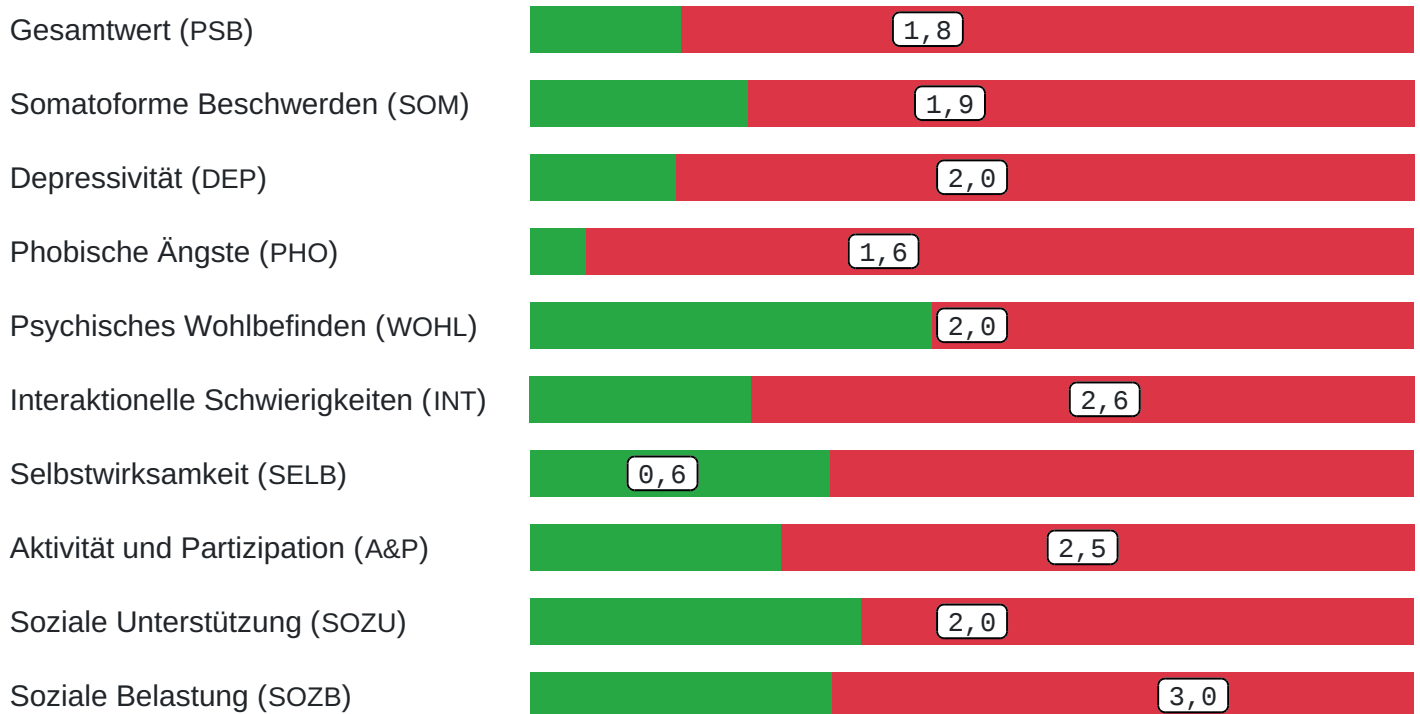


Auswertung Hamburger Module (HEALTH-49)

10.09.2023



Werte von 0 bis 4.

Die Skalen *Psychisches Wohlbefinden* (WOHL), *Selbstwirksamkeit* (SELB) sowie *Soziale Unterstützung* (SOZU) sind positiv formuliert und werden umgepolt, sodass ein höherer Score stets einem höheren Patientenleid entspricht.

Normwerte entnommen aus: [B\) STATISTISCHE UND KLINISCHE SIGNIFIKANZ](#)

Legende



Nachstehend finden Sie eine Liste von **Problemen und Beschwerden**. Bitte lesen Sie sich jede Frage sorgfältig durch und entscheiden Sie, wie sehr Sie **in den letzten zwei Wochen durch diese Beschwerden gestört oder belastet** worden sind. Machen Sie bitte hinter jeder Frage nur ein Kreuz in das Kästchen mit der für Sie am besten zutreffenden Antwort. Bitte beantworten Sie jede Frage!

Wie sehr litten Sie in den letzten zwei Wochen unter ...?

Angst oder Furcht, alleine aus dem Haus zu gehen	sehr
Niedergeschlagenheit oder Traurigkeit	mittel
Rückenschmerzen	nicht
dem Gefühl, wertlos zu sein	ziemlich

Wie sehr litten Sie in den letzten zwei Wochen unter ...?

Angst oder Furcht, sich in größere Menschenmengen zu begeben	ziemlich
Schuldgefühlen oder Selbstvorwürfen	nicht
Bauchschmerzen oder Verdauungsproblemen	mittel
Gedanken, dass Sie lieber tot wären oder Ihr Leben beenden möchten	sehr
einem Schwächegefühl in einzelnen Körperteilen	wenig
Angst oder Furcht vor offenen Plätzen oder auf die Straße zu gehen	nicht
fehlendem Interesse und geringer Freude an Ihren Tätigkeiten	ziemlich
einem Gefühl von Schwere in den Armen und Beinen	ziemlich
Schmerzen in Muskeln oder Gelenken	ziemlich
einem Gefühl der Hoffnungslosigkeit	nicht
Kopfschmerzen oder Gesichtsschmerzen	mittel
Angst oder Furcht vor Fahrten in Bus, Straßenbahn, U-Bahn oder Zug	nicht
Taubheit oder Kribbeln in einzelnen Körperteilen	mittel
Angst oder Furcht vor geschlossenen Räumen (z. B. Fahrstuhl, Tunnel, Kino)	wenig

Im Folgenden finden Sie einige Aussagen, mit denen man beschreiben kann, **wie man sich fühlt**. Bitte geben Sie an, wie oft Sie sich **in den letzten zwei Wochen** so gefühlt haben!

Ich fühle mich gelöst	oft
Ich fühle mich wohl	immer
Ich bin entspannt	gelegentlich
Ich fühle mich ausgeruht	nie
Ich kann genießen	selten

Nachstehend finden Sie eine Liste von **Problemen und Schwierigkeiten**, die man **im Kontakt mit anderen Menschen** haben kann.

Bitte lesen Sie sich jede Frage sorgfältig durch und entscheiden Sie, wie sehr Sie sich **in den letzten zwei Wochen** durch diese Probleme im Kontakt mit anderen Menschen (Angehörigen, Freunden, fremden Personen, etc.) **belastet** oder **beeinträchtigt gefühlt** haben. Machen Sie bitte hinter jeder Frage nur ein Kreuz in das Kästchen mit der für Sie am besten zutreffenden Antwort.

Wie sehr litten Sie in den letzten zwei Wochen ...?

unter Schwierigkeiten, anderen Menschen Ihre Gefühle zu zeigen	sehr
unter der mangelnden Fähigkeit, anderen gegenüber bestimmt aufzutreten, wenn es die Lage erfordert	sehr
unter Schwierigkeiten, Ihre wichtigen Anliegen anderen gegenüber durchzusetzen	wenig
unter Schwierigkeiten, andere wissen zu lassen, dass Sie wütend sind	ziemlich

Wie sehr litten Sie in den letzten zwei Wochen ...?

unter Schwierigkeiten, jemandem zu sagen, dass er Sie nicht weiter belästigen soll	nicht
darunter, dass Sie sich zu sehr von anderen ausnutzen lassen	ziemlich
unter der Angst, etwas Falsches zu sagen oder zu tun	ziemlich

Im Folgenden finden Sie Aussagen, die sich darauf beziehen, inwieweit **Sie sich** trotz Ihrer körperlichen oder seelischen Beschwerden **in der Lage fühlen, Ihre Aufgaben zu erledigen, mit Belastungen umzugehen oder Dinge zu tun, die Ihnen wichtig sind**.

Bitte geben Sie für die **letzten zwei Wochen** an, wie sehr die jeweilige Aussage **für Sie zutrifft**.

Trotz meiner Beschwerden bin ich in der Lage ...

mit meinen Schwierigkeiten und Problemen gut umzugehen	stimmt sehr
meine persönlichen Ziele, die ich mir setze, zu erreichen	stimmt sehr
schwierige Probleme zu lösen	stimmt mittelmäßig
meinen normalen Lebensstil aufrechtzuerhalten	stimmt ziemlich
mir neue Fertigkeiten und Kompetenzen anzueignen	stimmt sehr

Die folgenden Fragen beziehen sich auf Ihre Beeinträchtigungen in Beruf, Haushalt, Freizeit oder sozialen Beziehungen aufgrund von seelischen oder körperlichen Beschwerden **in den letzten zwei Wochen!**

Wie oft hatten Sie irgendwelche Schwierigkeiten bei der Arbeit oder anderen alltäglichen Tätigkeiten und Aufgaben?

Ich habe weniger geschafft als ich wollte	immer
Ich konnte nicht so sorgfältig wie üblich arbeiten	oft
Wie sehr waren Ihre normalen Kontakte zu Familienangehörigen, Freunden, Nachbarn oder zum Bekanntenkreis beeinträchtigt ?	mittel
Wie stark waren Sie darin beeinträchtigt , sich selbst zu versorgen (z. B. Einkaufen, Waschen, Kochen)?	mittel

Wie oft waren Sie in Ihrer Freizeit beeinträchtigt?

Ich konnte nicht so lange wie gewohnt meinen Freizeitbeschäftigungen und Hobbys nachgehen	gelegentlich
Ich konnte nicht meinen gewohnten Freizeitbeschäftigungen und Hobbys nachgehen	gelegentlich

Manchmal ist das **Verhalten der anderen** sehr hilfreich, manchmal weniger, manchmal ist es auch belastend.

Bitte geben Sie an, wie häufig von den Menschen, die Ihnen nahe stehen, jemand ...

Ihre Schwierigkeiten und Probleme herunter spielt	oft
für Sie da ist, wenn Sie ihn/sie brauchen	selten
sich unbehaglich zu fühlen scheint, wenn er/sie mit Ihnen über Ihre Probleme spricht	immer

Bitte geben Sie an, wie häufig von den Menschen, die Ihnen nahe stehen, jemand ...

wichtige Entscheidungen mit Ihnen bespricht	oft
mehr von Ihnen erwartet, als Sie leisten können	oft
Sie aufmuntert oder tröstet	immer
sich ärgert, wenn Sie seinen/ihren Rat nicht annehmen	gelegentlich
einen Teil seiner/ihrer Zeit oder Energie opfert, um etwas für Sie zu erledigen	nie