

# Psykososiaaliset vaikeudet - PARADISE24Fin

PARADISE24fin kartoittaa henkilön toimintakykyyn liittyviä vaikeuksia. Kyselyä voi käyttää kerta-arviona tai kokonaistilanteen seurantaan. Kysely soveltuu hyödynnettäväksi sekä ammattilaiskäytössä että itsearviointissa.

## Ammattilaisille ►

Jos mahdollista, kysely kannattaa täyttää hoidon alussa, jolloin lähtökohdaksi tulee tilanne ennen hoitoon hakeutumista. Asiakkaan tilanteesta tapahtuneista muutoksista saadaan tietoa, kun kysely täytetään useita kertoja esim. laitoshoidossa jakson alussa ja lopussa, avohoidossa 3–6 kuukauden välein. Päivämäärän merkitseminen kyselylomakkeeseen on seurantakäytön kannalta hyvin tärkeää.

Vastauksia on hyvä käydä läpi yhdessä asiakkaan kanssa. Voitte esimerkiksi käydä läpi ne asiat, joiden kohdalla asiakas on kokenut suuria tai erittäin suuria vaikeuksia. Samalla voi kiinnittää huomiota siihen, kuinka monen asian osalta asiakas ei ole kokenut vaikeuksia.

Asiakkaan merkitsemistä muutostoiveista voi keskustella suhteessa hoidon tavoitteisiin. Erityisen tärkeää on kiinnittää huomiota asiakkaan vapaasti kirjaamiin muutostoiveisiin. Erityisesti, jos kirjatut asiat jotka eivät sisälly kyselyn 24 kysymykseen.

Seurantakyselyssä voi tarkastella lisäksi seuraavia kysymyksiä: missä asioissa asiakkaan tilanne on muuttunut parempaan tai huonompaan suuntaan; onko asiakas saavuttanut tavoitteita, jotka oli aiemmin merkinnyt itselleen tärkeiksi.

Seuraavat kysymykset kuvaavat ongelmia ja vaikeuksia, joita olet viime aikoina voinut kokea. Vastaa kysymyksiin ajatellen viimeistä 30 päivää ja ottaen huomioon sekä hyvät että huonot päivät. Valitse kustakin kysymyksestä vain yksi vaihtoehto. Muista vastata kaikkiin kysymyksiin.

Rastita 'Muutostoiveet' -sarake niissä kysymyksissä (1–5 kpl), joihin toivot eniten muutosta. Kyselyn lopussa oleviin avoimiin kenttiin voit myös kirjoittaa omin sanoin asioita, joihin toivot muutosta.

### Päivämäärä:

## 1. Minkä verran ongelmia sinulla on ollut sen vuoksi, että et ole tuntenut itseäsi levänneeksi ja pirteäksi päivän aikana (esim. tunnet väsymystä, olet voimaton?) \*

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- kesinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

## 2. Minkä verran ongelmia sinulla on ollut löytää asioita, jotka kiinnostavat sinua? \*

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- kesinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**3. Minkä verran ongelmia sinulla on ollut ruokahalusi suhteen? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**4. Minkä verran ongelmia sinulla on ollut unen kanssa, esimerkiksi vaikeus nukahtaa, heräilyä usein yön aikana tai herääminen liian aikaisin aamulla? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**5. Minkä verran ongelmia sinulla on ollut ärtyneisyyden suhteen, esimerkiksi että olisit aloittanut riitoja, huutanut ihmisille tai jopa lyönyt heitä? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**6. Minkä verran ongelmia sinulle on tuottanut se, että olet kokenut itsesi hitaaksi tai että asiat ovat tuntuneet tapahtuvan ympärilläsi liian nopeasti? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**7. Minkä verran ongelmia sinulle on aiheutunut surun, alakuloisuuden tai masentuneisuuden tunteista? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**8. Minkä verran ongelmia sinulle on aiheuttanut huolestuneisuus tai ahdistuneisuus? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 

**9. Minkä verran ongelmia sinulle on tuottanut se, että et ole kyennyt selviytymään kaikista niistä asioista, jotka sinun tulisi hoitaa? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 

**10. Minkä verran sinulla on ollut särkyjä tai kipuja? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 

**11. Minkä verran vaikeuksia sinulla on ollut keskittyä tekemään jotain 10 minuutin ajan? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 

**12. Minkä verran vaikeuksia sinulla on ollut muistaa tehdä tärkeitä asioita? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 

**13. Minkä verran vaikeuksia sinulla on ollut päätösten tekemisessä? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia

erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**14. Minkä verran vaikeuksia sinulla on ollut aloittaa ja ylläpitää keskustelua? \***

ei lainkaan vaikeuksia

lieviä vaikeuksia

keskinkertaisia vaikeuksia

suuria vaikeuksia

erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**15. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut kävellä pitkiä matkoja (esim. 1 km)? \***

ei lainkaan vaikeuksia

lieviä vaikeuksia

keskinkertaisia vaikeuksia

suuria vaikeuksia

erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**16. Onko sinulla ollut vaikeuksia jossakin seuraavista: peseytymisessä tai pukeutumisessa, wc:n käyttämisessä tai ruokailemisessa? \***

ei lainkaan vaikeuksia

lieviä vaikeuksia

keskinkertaisia vaikeuksia

suuria vaikeuksia

erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**17. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut seksuaalisissa toiminnoissa? \***

ei lainkaan vaikeuksia

lieviä vaikeuksia

keskinkertaisia vaikeuksia

suuria vaikeuksia

erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**18. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut olla yksin muutamia päiviä? \***

ei lainkaan vaikeuksia

lieviä vaikeuksia

keskinkertaisia vaikeuksia

suuria vaikeuksia

erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy

Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta

---

**19. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut huolehtia terveydestäsi kuten syödä hyvin, kuntoilla ja ottaa mahdolliset reseptilääkkeesi? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 
- 

**20. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut aloittaa ja ylläpitää ystävyys-suhteita? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 
- 

**21. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut tulla toimeen läheistesi kanssa? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 
- 

**22. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut päivittäisessä työssä tai opiskelussa? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 
- 

**23. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut hallita rahankäyttöäsi? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia
- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 
- 

**24. Kuinka suuria vaikeuksia sinulla on ollut osallistua harrastuksiin tai järjestötoimintaan (esim. juhliin, urheilutapahtumiin, uskonnollisiin tai poliittisiin toimintoihin) samalla tavalla kuin kuka tahansa? \***

- ei lainkaan vaikeuksia
- lieviä vaikeuksia

- keskinkertaisia vaikeuksia
- suuria vaikeuksia
- erittäin suuria vaikeuksia/en selviydy
- Rastita, jos toivot tähän asiaan muutosta
- 

**Tähän voit kirjoittaa omin sanoin asioita, joihin toivot elämässäsi muutosta:**

**Sukupuoli \***

- Mies
- Nainen
- Muu
- En halua kertoa

**Ikä \***

 vuotta.

- En halua kertoa ikääni

**Tein testin \***

- Omasta tilanteesta
- Toisen henkilön puolesta
- Kokeillakseni testiä (satunnaiset vastaukset)
- En halua kertoa

**Teitkö testin sovitusti johonkin hankkeeseen liittyen? ? \***

- Kyllä
- En
- En tiedä

**Lähetä**

*Päihdelinkin testien tuloksia saatetaan käyttää tutkimusaineistona. Testien tulokset ja vastaajien taustatiedot esitetään vain tilastollisessa muodossa eikä yksittäistä vastaajaa voida tunnistaa.*

link

**Tietoa kyselystä ►**

Lähde verkko-osoite:<https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/mieliäla-ja-toimintakyky/psykososiaaliset-vaikeudet-paradise24fin>