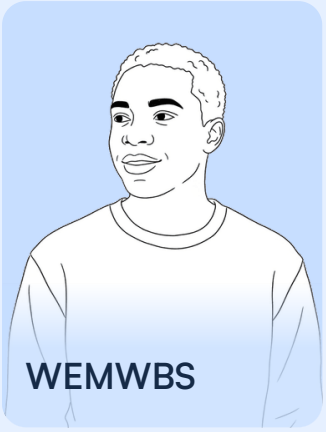


Warwick-Edinburgh-skalaen for psykisk velvære (WEMWBS)

WEMWBS er et selvrapporteringsskjema om positivt psykisk velvære, utviklet for å måle psykologisk fungering og positiv emosjonell opplevelse de siste to ukene. Det utforsker dimensjoner som optimisme, følelsen av å være nyttig, avslapning, klar tenkning, energi, selvtillit, forhold til andre og interesse for livet. Skjemaet er formulert utelukkende i positive termer og er særlig nyttig for å følge velvære i befolkningen generelt, i forebygging, helsepsykologi, skoler og arbeidsliv, og ved evaluering av psykososiale tiltak. WEMWBS er ikke et diagnostisk verktøy for psykiske lidelser, men et samlet mål som er sensitivt for endringer i velvære, enkelt å administrere og relevant for å vurdere hvordan en person eller en gruppe utvikler seg over tid.

Antall spørsmål	14 spørsmål
Estimert tid	5 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale
Målgruppe	Ungdom og voksne
Forfattere	Ruth Tennant, Louise Hiller, Ruth Fishwick, Stephen Platt, Stephen Joseph, Scott Weich, Jane Parkinson, Jenny Secker, Sarah Stewart-Brown (2006)

Forhåndsvisning av de 14 spørsmålene

I løpet av de siste 2 ukene:

Jeg har følt meg optimistisk med tanke på fremtiden.

Aldri | Sjelden | Noe av tiden | Ofte | Hele tiden

I løpet av de siste 2 ukene:

Jeg har følt meg nyttig.

Aldri | Sjelden | Noe av tiden | Ofte | Hele tiden

I løpet av de siste 2 ukene:

Jeg har følt meg avslappet.

Aldri | Sjelden | Noe av tiden | Ofte | Hele tiden

I løpet av de siste 2 ukene:

Jeg har følt meg interessert i andre mennesker.

Aldri | Sjelden | Noe av tiden | Ofte | Hele tiden

I løpet av de siste 2 ukene:

Jeg har hatt energi til overs.

Aldri | Sjelden | Noe av tiden | Ofte | Hele tiden

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Hvert ledd skåres fra 1 til 5 etter hvor ofte det ble opplevd de siste to ukene. Alle leddene skåres i samme retning, uten reversert skåring. Totalskåren er summen av de 14 svarene og ligger mellom 14 og 70. Høyere skår indikerer bedre psykisk velvære. Tolkningen bør helst være dimensjonal, i sammenligning med tidligere målinger, referansegrupper eller klinisk utvikling, siden det ikke finnes noen allment akseptert cut-off-verdi for å stille en diagnose.

Bruk

Dette verktøyet er ikke tilgjengelig på Mentaal. For å bruke dette spørreskjemaet i praksisen din må du ha en gyldig lisens. Vi anbefaler at du sender det direkte fra utgiverens nettsted.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

"Jeg var skeptisk i begynnelsen, men nå klarer jeg meg ikke uten dette verktøyet i praksisen min."

 Elodie C. - KAT-psykolog