# **Evalueringsskjema for kurs om bipolar lidelse**

🞎 Vår   🞎 Høst Årstall: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

🞎 Kvinne   🞎 Mann

**Kurssted:**   🞎 Drammen 🞎 Blakstad 🞎 Kongsberg 🞎 Ringerike

Markér hvor nyttig du synes de ulike temaene på kurset har vært for deg.

Sett ring rundt tallet som passer.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 🞎 | Deltok ikke. | Lite nyttig | Ganske nyttig | Sværtnyttig |
| 1. | 🞎 | Introduksjon, hva er bipolar lidelse? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. | 🞎 | Erfaringsformidling og stemningsdagbok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. | 🞎 | Årsaker til og forløp av bipolar lidelse. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. | 🞎 | Mani og hypomani.– symptomer og aktuelle tiltak. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. | 🞎 | Depresjon og blandet tilstand.– symptomer og aktuelle tiltak. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. | 🞎 | Bevissthet om følelser. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. | 🞎 | Medikamentell behandling. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. | 🞎 | Stress og mindfulness. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. | 🞎 | Livsførsel og regelmessighet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. | 🞎 | Arbeid. Barn, familie og nettverk.– Åpenhet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. | 🞎 | Oppsummering og evaluering | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  | Kurset som helhet | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Var det tema du savnet eller et tema du ønsket mer tid til?**

**Nytte av stemningsregistreringsverktøy**

 Sett ring rundt tallet som passer.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Har ikke brukt | Lite nyttig | Ganske nyttig | Sværtnyttig |
| Stemningsdagbok (skjema). | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Bipolar-app for mobil. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Spørsmål om hjelp til å ta i bruk verktøy**

 Sett ring rundt tallet som passer.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | For lite | Passe  | For mye |
| Hjelp til å ta i bruk stemningsdagbok (skjema/app). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Hjelp til å ta i bruk forebyggelsesplan. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Hjelp til å ta i bruk aktivitetsplan. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Oppfølging av behandler**

**Har du hatt egen behandler siden kursstart?**

🞎 Nei 🞎 Ansatt i Vestre Viken 🞎 Ansatt i kommunen 🞎 Fastlege 🞎 Privatpraktiserende

**Hvor fornøyd er du med behandlerens oppfølging av kursinnholdet underveis?**
(*Sett ring rundt den aktuelle behandleren ovenfor hvis du har krysset av for flere behandlere*)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Ikke aktuelt | Lite fornøyd | Ganske fornøyd | Sværtfornøyd |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Hva kunne du ønsket av din behandler i forhold til oppfølging av innholdet i kurset?**

**Samarbeid med pårørende**

**Hvor fornøyd er du med tilbudet dine pårørende får relatert til kurset?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Ikke aktuelt | Lite fornøyd | Ganske fornøyd | Sværtfornøyd |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Hvilke forslag har du for å bedre tilbudet til pårørende?**

**Snakker du med dine nærmeste pårørende om innholdet i kurset?**  🞎 Ja 🞎 Nei

**Er dine nærmeste pårørende med i utarbeiding av forebyggingsplanen?** 🞎 Ja 🞎 Nei

**Hva kunne du ønsket deg av dine pårørende i forbindelse med deltakelse på kurset?**

**Har du råd til kurslederne om noe burde gjøres annerledes ved neste kurs?**

**Følte du deg sett og ivaretatt av kurslederne?**

**Følte du deg sett og ivaretatt av de andre kursdeltakerne?**

**Hva slags helhetsinntrykk sitter du igjen med?**

**Hva har vært mest nyttig for deg og hvorfor?**

**Hva har vært minst nyttig for deg og hvorfor?**

**Ville du anbefalt kurset til andre – og hvorfor?**