# **Evalueringsskjema**

# **kurs om bipolar lidelse**

❒ Vår ❒ Høst Årstall: ❒ Kvinne ❒ Mann

Kurssted: ❒ Drammen ❒ Asker/Bærum ❒ Kongsberg ❒ Ringerike

Marker hvor nyttig du synes de ulike temaene på kurset har vært for deg. Sett ring rundt det tallet som passer.

Lite nyttig Svært nyttig

Deltok ikke

1. ❒ Introduksjon 1 2 3 4 5

2. ❒ Forebygging og stemningsdagbok 1 2 3 4 5

3. ❒ Hypomani og mani 1 2 3 4 5

4. ❒ Depresjon og blandet tilstand 1 2 3 4 5

5. ❒ Årsaker og forløp 1 2 3 4 5

6. ❒ Søvn og regelmessighet 1 2 3 4 5

7. ❒ Stress og angst 1 2 3 4 5

8. ❒ Rusmidler og stressmestring 1 2 3 4 5

9. ❒ Medikamenter 1 2 3 4 5

10. ❒ Varselsignaler og tiltak 1 2 3 4 5

11. ❒ Forberedelser til affektive episoder

og tilfriskning 1 2 3 4 5

12. ❒ Familie og åpenhet 1 2 3 4 5

13. ❒ Selvhjelp, 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 det tallet som passer. Har ikke Lite Ganske Svært

brukt nyttig nyttig nyttig

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

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

Oppfølging av behandler

Har du siden kursstart hatt en egen behandler?

❒ 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 Lite Ganske Svært

aktuelt fornøyd - fornøyd - fornøyd

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 Lite Ganske Svært

aktuelt fornøyd fornøyd fornøyd

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 hva som ev. 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?