

Informasjon om utfyller

Alder:	Kjønn:	Skjema nr:
--------	--------	------------

MULVARP

Et spørreskjema om mulige varselsymptomer på alvorlig psykisk lidelse

Utviklet av Paul Møller, Dag V. Skjelstad og Lise Baklund, 2014

SLIK GJØR DU DET

I dette skjemaet spør vi deg om dine tanker, følelser og erfaringer. Les hver setning nøye og tenk gjennom om dette er noe du kjenner deg igjen i. Prøv å svare så godt du kan, og på alt, selv om du synes det er vanskelig. Fyll inn din alder og ditt kjønn i boksene øverst før du starter.

- Svar først JA eller NEI på om dette er noe du har opplevd i løpet av den siste måneden.
- Svar deretter JA eller NEI på om du har opplevd dette noen gang før den siste måneden.
- Hvis dette er noe du har opplevd i løpet av den siste måneden vil vi gjerne vite hvor mye det har forstyrret eller plaget deg.

01	Jeg føler meg uinteressert i ting jeg vanligvis liker å gjøre.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA <i>siste måned</i> , hvor plagsomt er det?		
<input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

02	Ofte opplever jeg hendelser akkurat som om de har hendt før (déjà vu).	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA <i>siste måned</i> , hvor plagsomt er det?		
<input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

03	Noen ganger lukter eller smaker jeg ting som andre ikke kan lukte eller smake.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA <i>siste måned</i> , hvor plagsomt er det?		
<input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

04	Ofte hører jeg uvanlige lyder som banking, klikking, hvesende lyder eller klapping, eller ringelyder i ørene mine.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA <i>siste måned</i> , hvor plagsomt er det?		
<input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

05	Jeg har noen ganger vært litt usikker på om noe jeg har opplevd var sant eller innbilt / fantasi.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
06	Når jeg ser på en person, eller på meg selv i speilet, har jeg sett at ansiktet forandrer seg mens jeg ser på det.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
07	Jeg blir ekstremt engstelig når jeg møter mennesker for første gang.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
08	Jeg har sett ting som folk tydeligvis ikke kan se.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
09	Mine tanker er av og til så sterke at jeg nesten kan høre de.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
10	Av og til ser jeg en spesiell betydning i annonser, butikkvinduer eller i måten gjenstander er plassert rundt meg på.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
11	Av og til har jeg trodd at jeg ikke har kontroll over mine egne tanker og ideer.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
12	Av og til føler jeg meg plutselig distraheret av fjerne lyder som jeg vanligvis ikke hører.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
13	Jeg har hørt ting som andre folk ikke kan høre på samme tid, slik som stemmer til folk som snakker eller hvisker til hverandre.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

14	Jeg føler ofte at andre er ute etter meg.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
15	Jeg har en følelse av at det er en person eller en slags kraft i nærheten av meg, selv om jeg ikke klarer å se noe.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
16	Jeg føler at deler av kroppen min har forandret seg på en måte, eller fungerer på en annen måte enn tidligere.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
17	Tenk på de JA-svarene du har gitt til nå for den siste måneden (hvis noen). Synes du samlet sett at disse opplevelsene gjør det vanskelig for deg å fungere, når det gjelder skole, venner og fritidsaktiviteter?	
<input type="radio"/> Ikke vanskelig <input type="radio"/> Litt vanskelig <input type="radio"/> Ganske vanskelig <input type="radio"/> Veldig vanskelig		
18	Av og til (eller ofte) grubler jeg så mye at jeg nesten ikke får gjort andre ting. Det er omtrent umulig å stoppe det og jeg kan bli sittende helt fast. Jeg kan gruble på alt mulig; meg selv som person, ting som har skjedd, eller på noe i verden rundt meg. Noen har sagt det slik: <i>Grublingen tar helt overhånd og bestemmer alt.</i>	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
19	Av og til (eller ofte) føler jeg meg veldig rar, fremmed, uvirkelig eller uekte, - nesten som på film. Dette kan også gjelde tankene mine, eller verden rundt meg. Det kan virke som om det jeg opplever eller tenker ikke er mitt eget, eller ikke gjelder meg selv. Noen har sagt det slik: <i>Jeg mister hele meg, skjønner ikke lengre hvem jeg er.</i>	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
20	Av og til (eller ofte) har jeg en intens trang til å studere meg selv grundig i speilet, for å se om et eller annet er forandret, ved ansiktet eller kroppen, eller fordi jeg blir usikker på om jeg i det hele tatt finnes.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		
21	Interessene mine har, på et eller annet tidspunkt, endret seg veldig tydelig. Jeg har blitt ekstremt opptatt av nye temaer, f.eks. religiøse, filosofiske, eksistensielle, psykologiske eller overnaturlige temaer. Noen har sagt det slik: <i>Tanker om overnaturlige ting overtok hele livet mitt.</i>	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA siste måned, hvor plagsomt er det? <input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

22	Jeg har i én uke eller mer følt meg så trist, urolig eller tom for energi at jeg ikke har greid å gjøre det jeg pleier.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA <i>siste måned</i> , hvor plagsomt er det?		
<input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

23	Jeg har hatt <u>tydelige</u> humørsvingninger uten at jeg helt forstår hvorfor.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA <i>siste måned</i> , hvor plagsomt er det?		
<input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

24	Jeg kan i <u>timevis</u> være <u>uvanlig</u> glad, ovenpå eller irritert, <u>og</u> samtidig full av energi ("gira"), uten at jeg helt forstår hvorfor.	Siste måned: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
		Tidligere: <input type="radio"/> JA <input type="radio"/> NEI
Hvis JA <i>siste måned</i> , hvor plagsomt er det?		
<input type="radio"/> Ikke plagsomt <input type="radio"/> Litt plagsomt <input type="radio"/> Ganske plagsomt <input type="radio"/> Veldig plagsomt		

Bra jobbet! Takk for at du svarte

Utsagn 1-16: PQ-16 (autorisert norsk oversettelse av J.H. Langeveld, I. Joa, P. Israel © 2013.
Original PQ-16; Helga Ising, Marleen Rieveld, Rachel Loewy og Mark van der Gaag © 2011)

Utsagn 17: Funksjon PQ-16

Utsagn 18-21: SQuEASE (Screen Questionnaire EASE; Paul Møller © 2014). Inkluderer også utsagn 9, 10 og 11 i PQ-16.

Utsagn 22-24: BRS (Bipolar Risk Screen; Dag V. Skjelstad © 2014)