

OQ-45

De vragenlijst die u invult gedurende uw behandeling bij Praktijk voor Psychiatrie en Psychotherapie is de OQ-45: dit staat voor Outcome Questionnaire en bestaat uit 45 vragen. Met deze vragenlijst worden behandelresultaten gemeten. De vragenlijst meet niet alleen een aantal psychische klachten, maar ook hoe u in het dagelijks leven en binnen sociale contacten functioneert. U geeft antwoord door bij elke vraag aan te geven of u dit nooit (0), zelden (1), soms (2), vaak (3), of bijna altijd (4) ervaart. Aan elk antwoord is een aantal punten verbonden, en deze punten worden per schaal opgeteld. Als u op een schaal meer dan een bepaald aantal punten haalt (dit wordt de cut-off score genoemd) dan is dit een aanwijzing dat u klachten ervaart of vindt dat u niet prettig functioneert in het dagelijks leven.

Alle vragen worden meegenomen in verschillende schalen:

- De vragenlijst kent een Totaalscore. Een hoge score op deze schaal suggereert dat er sprake is van veel verschillende klachten (passend bij depressie, angst, lichamelijke klachten of stress) en dat er problemen zijn in het (sociaal) functioneren. Tevens wordt met een hoge score aangegeven dat de kwaliteit van leven niet altijd als optimaal wordt beschouwd. Een lage score betekent dat er weinig tot geen klachten zijn en dat u vindt dat u goed functioneert op de verschillende gebieden in uw leven.

De vragenlijst kent verder 4 subschalen:

- De subschaal Symptomatische distress meet klachten op het gebied van depressie, angst en afhankelijkheid van middelen. Een hoge score betekent dat er veel depressieve klachten en angstklachten zijn, of dat er veel afhankelijkheid is van middelen. Een lage score betekent dat u op deze gebieden geen klachten ervaart.
- De subschaal Angst en Symptomatische distress bekijkt of er klachten zijn op het gebied van angst. Met een hoge score geeft u aan dat u veel last heeft van angstklachten en de daarbij horende lichamelijke kenmerken van angst. U kunt dan denken aan klachten als trillen, beven, verhoogde hartslag alsmede zenuwachtigheid, spanning en rusteloosheid. Een lage score suggereert dat u geen last heeft van deze klachten.
- De subschaal Interpersoonlijke relaties onderzoekt het functioneren op het gebied van sociale relaties. Een hoge score betekent dat er mogelijk sprake is van eenzaamheid, conflicten of problemen in de relaties die u heeft met uw partner, familieleden of vrienden. Met een lage score geeft u aan dat u geen problemen ervaart in uw sociale contacten, en dat u tevreden bent met de kwaliteit van uw contacten.
- De subschaal sociale rol meet het functioneren op school, op het werk en in de vrije tijd. Een hoge score is een indicatie dat u problemen ervaart in uw functioneren in verschillende rollen. U kunt dan denken aan bijvoorbeeld conflicten op het werk, teveel werk hebben, veel spanning hebben of niet efficiënt kunnen functioneren op bovengenoemde gebieden. Een lage score houdt in dat u tevreden bent met uw functioneren op de verschillende levensgebieden.