

Informatie over de vragenlijst

Wat meet de vragenlijst, waar gaan de vragen over en wat zegt de uitkomst?

Verkorte Vermoeidheidsvragenlijst (VVV)

De VVV is een zelfrapportage vragenlijst die met 4 stellingen de intensiteit van (lichamelijke) vermoeidheid meet bij mensen met (chronische) vermoeidheid.

Terugvraagperiode

De cliënt wordt bij iedere stelling gevraagd hoeveel last hij van het specifieke symptoom heeft gehad gedurende de afgelopen 2 weken.

Antwoordcategorieën en gebieden

De cliënt vult de vier stellingen in op een zevenpunt schaal van 'ja dat klopt' tot 'nee dat klopt niet'.

Invultijd

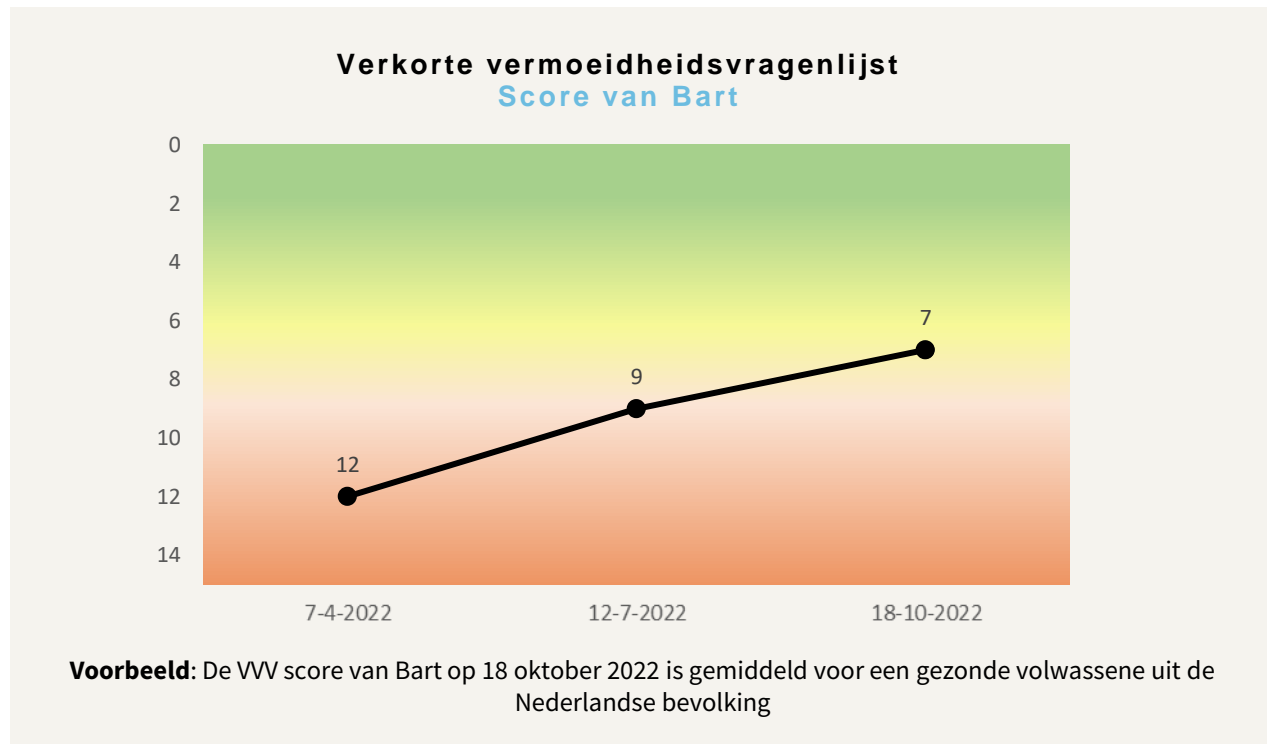
De verwachte invultijd voor de cliënt is minder dan 2 minuten.

Voorbeeld stellingen uit de vragenlijst

- Ik voel me moe.
- Ik voel me fit.
- Lichamelijk voel ik me uitgeput

Interpreteren van de uitkomst

- Na het omscoren van vraag 1,2 en 4 worden de scores opgeteld tot een totaalscore die loopt van 4 t/m 28.
- Een hogere score geeft meer vermoeidheid weer.
- De schaal is met kleuren verdeeld in 4 categorieën, van heel veel vermoeidheid (rood) tot heel weinig vermoeidheid (groen).
- De categorie in het voorbeeld is de score t.o.v. gezonde volwassenen uit de NL bevolking.
- Er zijn alternatieve normgroepen beschikbaar, waaronder studenten, militairen en mensen met een chronisch vermoeidheidssyndroom.



Gespreksondersteuning

Hoe introduceer je de vragenlijst en hoe bespreek je de uitkomsten?

In het algemeen

- Door het invullen van de vragenlijst wordt jouw mening meegenomen.
- Het gaat over jouw ervaringen en de verandering die je voelt.
- Het is belangrijk om samen te kijken of de uitkomsten ook daadwerkelijk overeen komen met wat je voelt. Mede omdat het invullen van een vragenlijst een momentopname is.
- Denk ook na over wanneer het 'goed genoeg' is en je weer zelfstandig verder kunt.

Verkorte vermoeidheidsvragenlijst

- Vermoeid zijn en slecht slapen zijn veel voorkomende problemen als het mentaal niet zo goed gaat.
- De VVV helpt om deze vermoeidheid te monitoren.
- Er speelt bijna altijd meer dan alleen vermoeidheid. Ga na welke aspecten nog meer belangrijk voor je zijn en of je deze wilt bespreken.

Gespreksondersteuning bij de uitkomsten

Hieronder volgen enkele voorbeeldvragen die helpend zijn om het gesprek over de uitkomsten te voeren:

- We zien een verandering (of: geen of weinig verandering) ten opzichte van de vorige keer. Voel jij dat ook zo?
- Wat vind je van deze uitkomst?
- Kan je uitleggen waar dit mee te maken heeft?
- Wat heb je zelf gedaan?
- Heb je een idee waarom dit (niet) tot verandering heeft geleid?
- Zijn er andere aspecten die voor jou belangrijk zijn, waar we het over kunnen hebben?
- Hoe gaan we vanaf hier verder?

Aan het eind van het evaluatiegesprek, beslis je samen over de volgende stap:

- Doorgaan met de afgesproken behandeling.
- Bijstellen van de doelen of aanpak.
- Herzien van de diagnose.
- Andere hulpverlener(s) vragen om advies
- De zorg overdragen aan iemand anders.
- Afsluiten van de behandeling

Voor meer inspiratie:

- Gebruik de '[Online Evaluatieondersteuning](#)'
Vul hier samen de vragen in voor een evaluatieplan en tips
- Ga naar de pagina '[evalueren in de behandeling](#)'
Bekijk hier Webinar, interviews, literatuur, praktijkonderzoeken

