

## Fjölskylduvirkni (ICE- EFFQ)

© Erla Kolbrún Svavarsdóttir og Eydís Kristín Sveinbjarnardóttir, 2009

### Spurningalisti fyrir sjúklinga og aðstandendur

**LEIÐBEININGAR:** Vinsamlega merktu X við svarið sem lýsir best þinni sýn á það hvernig fjölskylda þín hefur brugðist við og virkað að öllu jöfnu **undanfarnar fjórar vikur**. Þegar vísað er til fjölskyldu þinnar er átt við fjölskyldumeðlimi í kjarnafjölskyldu jafnt sem stórfjölskyldu.

**SKILGREINING Á FJÖLSKYLDU:** Fjölskylda er hópur einstaklinga sem tengjast sterkum tilfinningaböndum, finnst þeir tilheyra hver öðrum, og er umhugað um að vera þátttakendur í lífi hvers annars (Wright og Bell, 2009).

Vinsamlega hafðu í huga að það er ekkert eitt svar rétt.

#### Tjáning tilfinninga

1. Ég geri mér grein fyrir því þegar fjölskyldumeðlimir sýna tilfinningar sínar, t.d. gleði, reiði og sorg
  - Eiginlega alltaf
  - Oftast
  - Stundum
  - Sjaldan
  - Eiginlega aldrei
2. Ég veit hvernig aðrir fjölskyldumeðlimir bregðast við þegar eitthvert okkar er sorgmætt
  - Eiginlega alltaf
  - Oftast
  - Stundum
  - Sjaldan
  - Eiginlega aldrei
3. Ég veit hvaða áhrif það hefur á aðra fjölskyldumeðlimi þegar ég segi skýrt og greinilega hvað ég raunverulega meina
  - Eiginlega alltaf
  - Oftast
  - Stundum
  - Sjaldan
  - Eiginlega aldrei

4. Ég veit til hvers flest okkar í fjölskyldunni myndu leita, þegar við þurfum einhvern til að tala við
- Eiginlega alltaf
  - Oftast
  - Stundum
  - Sjaldan
  - Eiginlega aldrei

### Samvinna og lausn vandamála

5. Ég veit hvernig sambönd innan fjölskyldunnar breytast og þróast þegar vandamál hafa verið leyst
- Eiginlega alltaf
  - Oftast
  - Stundum
  - Sjaldan
  - Eiginlega aldrei
6. Ef ég og fjölskylda mín horfumst í augu við önnur vandamál á lífsleiðinni þá veit ég hvernig við munum takast á við þau
- Eiginlega alltaf
  - Oftast
  - Stundum
  - Sjaldan
  - Eiginlega aldrei
7. Ég veit hvaða áhrif það hefur á fjölskyldumeðlimi þegar við hjálpumst að við heimilisstörf eða dagleg viðfangsefni
- Eiginlega alltaf
  - Oftast
  - Stundum
  - Sjaldan
  - Eiginlega aldrei
8. Ég veit hver tæki fyrst eftir því ef fjölskyldumeðlimir ynnu saman í stað þess að keppa sín á milli
- Eiginlega alltaf
  - Oftast
  - Stundum
  - Sjaldan
  - Eiginlega aldrei

9. Ég veit hvernig fjölskyldumeðlimum líður þegar allir bera ábyrgð á daglegum heimilisstörfum

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei

### Samskipti

10. Fjölskyldumeðlimir ræða saman um tilfinningar sínar

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei

11. Meðlimir fjölskyldunnar tjá sig skýrt og hreinskilningslega þegar þeir tala saman

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei

12. Fjölskyldumeðlimir hafa fundið leiðir til þess að eiga góðar og heiðarlegar samræður (t.d. í eigin persónu, símleiðis eða með tölvupósti)

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei

13. Þegar upp koma vandmál þá vita allir fjölskyldumeðlimir af þeim

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei

### Hegðun

14. Ég veit hvað hver og einn fjölskyldumeðlimur gerir þegar hann er reiður

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei

15. Ég þekki viðbrögð allra fjölskyldumeðlima þegar þeir tala hreint út við hvern annan

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei

16. Ég veit hvað hver og einn fjölskyldumeðlimur gerir við erfiðar kringumstæður

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei

17. Ég veit hvernig fjölskyldumeðlimir bregðast við í samskiptum sínum hver við annan (átt er við hegðun t.d. skella hurðum, beita þögn, gefa að borða, gefa tíma)

- Eiginlega alltaf
- Oftast
- Stundum
- Sjaldan
- Eiginlega aldrei