

## WHOQOL -BREF Questionnaire (Marathi version)

Before you begin we would like to ask you to answer a few general questions about yourself: by circling the correct answer or by filling in the space provided.

आपण सुरुवात करण्या आधी मी आपल्याला काही साधारण प्रश्नांची उत्तरे विचारू इच्छितो. त्याची पर्यायी उत्तरे ही देण्यात आली आहेत. आपण उचित उत्तरा भोवती गोल करा किंवा दिलेली जागा भरा. योग्य तो पर्याय निवडून संबंधित पर्यायाला गोल करावे. गेल्या २ आठवड्यातील अनुभव लक्षात घेऊन पर्याय निवडावा असे सुचित करण्यात येते. सर्व प्रश्नांची उत्तरे द्यावीत ही विनंती.

1. What is your **gender**? Male/ Female  
१) आपले लिंग कोणते आहे ? पु/स्त्री
2. How old are you? \_\_\_\_\_Age in years  
२) आपले वय काय आहे ? \_\_\_\_\_ (वय वर्षा मध्ये)
3. What is the highest **education** you received? None at all / Primary / Secondary / Tertiary  
३) आपली उच्चतम शैक्षणिक अर्हता काय आहे ? काहीच नाही/ प्राथमिक / माध्यमिक/ पदवी- पदव्युत्तर शिक्षण
4. What is your **marital status**? Single / Married / Living as married / Separated / Divorced /  
Widowed  
४) आपली वैवाहिक स्थिती काय आहे ? अविवाहित/ विवाहित/ वेग-वेगळे/ विवाह न करता विवाहिता प्रमाणे / घटस्फोटित/  
विधुर/ विधवा
5. How is your **health**? Very Poor / Poor / Neither Poor nor Good / Good / Very Good  
५) आपले आरोग्य कसे आहे ? अतिशय वाईट/ वाईट/ ठीक / चांगले/ उत्तम
6. Do you consider yourself currently ill? Yes / No  
६) आपण सद्या स्वतःला आजारी समजता का? हो/ नाही
7. If there is something wrong with you, what do you think it is? \_\_\_\_\_  
७) जर आपल्याबाबत काही चुकीचे घडले असल्यास, तर त्याबाबत आपणास काय वाटते? \_\_\_\_\_  
.....

### Instructions

This assessment asks how you feel about your quality of life, health, or other areas of your life.

**Please answer all the questions.** If you are unsure about which response to give to a question, **please choose the one** that appears most appropriate. This can often be your first response. Please keep in mind your standards, hopes, pleasures and concerns. We ask that you think about your life **in the last two weeks**. For example, thinking about the last two weeks, a question might ask:

**सूचना :-**

आपणाला आपल्या जीवनाची गुणवत्ता, आरोग्य, किंवा आयुष्याच्या इतर पैलूंबद्दल काय वाटतं या संदर्भात खालील चाचणी आहे. कृपया सर्व प्रश्नांची उत्तरे द्या. जर आपण एखाद्या प्रश्नाचे उत्तर काय द्यावे या बद्दल अनिश्चित असाल तर कृपया जे उत्तर सर्वात जास्त जवळचे वाटते, ते निवडा. हा बहुधा तुमचा पहिला प्रतिसाद असू शकतो. कृपया आपण आपला स्तर, ईच्छा-अपेक्षा, समाधान आणि चिंता या गोष्टी लक्षात ठेवा. आपल्या गेल्या दोन आठवड्यांच्या आयुष्याबद्दल आपणांस काय वाटते ते आम्ही आपल्याला विचारणार आहोत. उदाहरणार्थ: प्रश्न खालील प्रमाणे असू शकतो:-

		Not at all अजिबात नाही	Little थोडे फार	A moderate amount मध्यम प्रमाणात	Very much खुप	Extremely उत्तम
F 5.3	How well are you able to concentrate? आपण किती चांगल्या प्रकारे लक्ष केंद्रित करू शकता?	१	२	३	४	५

You should circle the number that best fits how well are you able to concentrate over the last two weeks. So you would circle the number 4 if you were able to concentrate very much. You would circle number 1 if you were not able to concentrate at all in the last two weeks.

**Please read each question, assess your feelings, and circle the number on the scale for each question that gives the best answer for you.**

गेल्या दोन आठवड्यांमध्ये आपण किती चांगल्या प्रकारे लक्ष केंद्रित करू शकला असाल याचे सर्वात समर्पक उत्तर देणा-या क्रमांकाच्या भोवती तुम्ही गोल करा. जर का आपण खुप चांगल्या प्रकारे लक्ष केंद्रित करू शकला असाल तर ४ या क्रमांकाभोवती गोल करू शकता. जर का तुम्ही गेल्या दोन आठवड्यांमध्ये अजिबात लक्ष केंद्रित करू शकला नसाल तर १ या क्रमांकाभोवती गोल करा.

कृपया प्रत्येक प्रश्न काळजीपूर्वक वाचा, आपल्या भावनांचे आकलन करा आणि प्रत्येक प्रश्नाचे सर्वात समर्पक उत्तर असणा-या क्रमांका भोवती गोल करा.

		Very poor अतिशय वाईट	Poor वाईट	Neither poor nor good ठीक	Good चांगली	Very good उत्तम
G1	How would you rate your quality of life?	१	२	३	४	५

आपण आपल्या जीवनाच्या गुणवत्तेचे मूल्यमापन कशा प्रकारे कराल?					
---	--	--	--	--	--

		Very dissatisfied खूप असमाधानी	Dissatisfied असमाधानी	Neither satisfied nor dissatisfied ना समाधानी ना असमाधानी	Satisfied समाधानी	Very satisfied खूप समाधानी
G4	How satisfied are you with your health? आपण आपल्या आरोग्या विषयी किती संतुष्ट आहात?	१	२	३	४	५

The following questions ask about **how much** you have experienced certain things in the last two weeks.

गेल्या दोन आठवड्यांमध्ये आपण काही विशिष्ट गोष्टी किती अनुभवल्या आहेत त्या बाबतचे पुढील प्रश्न आहेत:-

		Not at all अजिबात नाही	Little थोडे फार	A moderate amount मध्यम प्रमाणात	Very much खूप	An Extreme amount खूप जास्त
F1.4	To what extent do you feel that physical pain prevents you from doing what you need to do? आपणाला कितपत वाटते की शारिरीक वेदनेमुळे नियमित कामकाज करणे आपणाला शक्य होत नाही?	१	२	३	४	५
F11.3	How much do you need any medical treatment to function in your daily life? दैनंदिन जीवनात कार्यरत राहण्यासाठी आपल्याला वैद्यकीय उपचाराची किती गरज भासते ?	१	२	३	४	५
F4.1	How much do you enjoy life? आपण आयुष्याचा किती आनंद उपभोगत आहात?	१	२	३	४	५
F24.2	To what extent do you feel your life to be meaningful? आपणाला कितपत वाटते की, आपले आयुष्य अर्थपूर्ण आहे ?	१	२	३	४	५

F5.2	How well are you able to concentrate? आपण किती चांगल्या प्रकारे लक्ष केंद्रित करू शकता ?	१	२	३	४	५
F16.1	How safe do you feel in your daily life? आपल्याला दैनंदिन जीवनात किती सुरक्षित वाटते?	१	२	३	४	५
F22.1	How healthy is your physical environment? आपल्या सभोवतालचे वातावरण स्थिती किती आरोग्यदायी आहे ?	१	२	३	४	५

The following questions ask about **how completely** you experience or were able to do certain things in the last two weeks:-

गेल्या दोन आठवड्यामध्ये तुम्ही काही विशिष्ट गोष्टी किती पूर्णपणे अनुभवू शकलात या बाबत पुढील प्रश्न आहेत:-

		Not at all अजिबात नाही	A little थोडेसे	Moderately मध्यम प्रमाणात	Mostly ब-याच प्रमाणात	Completely पूर्णतः
F2.1	Do you have enough energy for everyday life? दैनंदिन जीवनात कार्यरत राहण्यासाठी आपणाकडे पर्याप्त शक्ती आहे का?	१	२	३	४	५
F7.1	Are you able to accept your bodily appearance? आपल्या शरीराचा डोल/वाहय स्वरूप आपल्याला स्वीकारावासे वाटते काय?	१	२	३	४	५
F18.1	Have you enough money to meet your needs? आपल्या गरजा भागविण्यासाठी आपल्याकडे पुरेसे पैसे आहेत काय?	१	२	३	४	५
F20.1	How available to you is the information that you need in your day-to-day life? आपल्या दैनंदिन जीवनासाठी लागणारी माहिती तुम्हाला कितपत	१	२	३	४	५

	प्राप्त आहे?					
F21.1	To what extent do you have the opportunity for leisure activities? फावल्या वेळे मध्ये करमणूकीसाठी आपल्याकडे कितपत संधी आहे ?	१	२	३	४	५
F9.1	How well are you able to get around? आपल्या जवळपास फिरण्यास आपण किती सक्षम आहात?	१	२	३	४	५

गेल्या दोन आठवड्यामध्ये आपल्याला आपल्या जीवनाच्या विविध पैलूं विषयी किती चांगले किंवा संतुष्ट वाटले या बाबत पुढील प्रश्न आहेत:-

		Very dissatisfied खूप असमाधानी	Dissatisfied असमाधानी	Neither satisfied nor dissatisfied ना समाधानी ना असमाधानी	Satisfied समाधानी	Very satisfied खुप समाधानी
F 3.3	How satisfied are you with your sleep? आपण आपल्या झोपेविषयी किती किती समाधानी आहात ?	१	२	३	४	५
F10.3	How satisfied are you with your ability to perform your daily living activities? दैनंदिन दिनचर्या पूर्ण करण्याबाबतच्या आपल्या क्षमतेशी आपण किती समाधानी आहात?	१	२	३	४	५
F12.4.	How satisfied are you with your capacity for work? आपण आपल्या काम करण्याच्या क्षमते बाबत किती समाधानी आहात ?	१	२	३	४	५
F 6.4	How satisfied are you with yourself? आपण आपल्या स्वतःबाबत किती समाधानी आहात ?	१	२	३	४	५
F13.3	How satisfied are you with your personal relationships?	१	२	३	४	५

	आपण आपल्या वैयक्तिक नाते- संबंधांबाबत किती समाधानी आहात?					
F 15.3	How satisfied are you with your sex life? आपण आपल्या लैंगिक जीवनाबाबत किती समाधानी आहात?	१	२	३	४	५
F14.4	How satisfied are you with the support you get from your friends? आपण आपल्या मित्रांपासून मिळणा-या पाठिंब्या बाबत किती समाधानी आहात ?	१	२	३	४	५
F17.3	How satisfied are you with the conditions of your living place? आपण जिथे राहता तिथल्या वातावरणाबाबत आपण कितपत समाधानी आहात ?	१	२	३	४	५
F19.3	How satisfied are you with your access to health services? आरोग्यसेवे कडून मिळणा-या सेवासुविधां बाबत आपण किती समाधानी आहात?	१	२	३	४	५
F 23.3	How satisfied are you with your transport? आपण दळणवळणाच्या उपलब्ध साधनांबाबत किती संतुष्ट आहात?	१	२	३	४	५

		Never कधीच नाही	Seldom कधी तरी	Quite often ब-याच वेळा	Very often खुप वेळा	Always नेहमी
F 8.1	How often do you have negative feelings such as blue mood, despair, anxiety, depression? आपल्या मनात नकारात्मक भावना उदा . औदासिन्य, नैराश्य, चिंता किती वेळा येतात ?	१	२	३	४	५

या चाचणी बाबत तुम्हाला काही म्हणायचे आहे का ?-----