**Revize Az Gören Bağımsızlık Ölçümü (ABÖ-R)**

Lütfen, optik cihazları veya başka ekipmanları kullanarak veya kullanmadan aşağıdaki aktivitelerin sizin için ne kadar zor olduğunu söyleyin. Aktivite “Zor Değil” ise 4; “Orta Derecede Zor” ise 3; “Çok Zor” ise 2; “Yapılamaz” ise 1, Hiç gerçekleştirilmiyor ise h/g olarak derecelendirin.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Kişisel Bakım | | Zor değil | Orta Derecede Zor | Çok Zor | Yapılamaz | Hiç Gerçekleştirilmiyor | Yorumlar |
| Diş fırçalamak / takma dişleri temizlemek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Yemek yerken yiyecekleri tanımak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Tabaktaki yiyecekleri kesmek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Yiyecekleri kabın içinde tutmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| İlaç yönetimi | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Giysileri tanımak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| |  | | --- | | *Yorumlar:* | | | | | | | | |
| Yemek Hazırlama | **Zor değil** | | **Orta Derecede Zor** | **Çok Zor** | **Yapılamaz** | **Hiç Gerçekleştirilmiyor** | **Yorumlar** |
| Tarifleri okuma | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Sıvıların doldurulması | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Yiyeceklerin ölçülmesi | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Yiyecekleri dilimleme ve soyma | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Yiyeceklere tuz ve baharat ekleme | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Yiyeceklerin pişirilmesi | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Mikrodalga fırını kullanma | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Ocağı kullanma | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Konserveleri tanımak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| *Yorumlar:* | | | | | | | |
| Ev Yönetimi | **Zor değil** | | **Orta** **Derecede Zor** | **Çok Zor** | **Yapılamaz** | **Hiç Gerçekleştirilmiyor** | **Yorumlar** |
| Zeminleri temizlemek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Tezgâhı temizlemek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Bulaşıkları yıkamak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Dolapları düzenlemek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Çamaşır ve kurutma makinesini çalıştırma | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| |  | | --- | | *Yorumlar:* | | | | | | | | |
| İletişim | **Zor değil** | | **Orta Derecede Zor** | **Çok Zor** | **Yapılamaz** | **Hiç Gerçekleştirilmiyor** | **Yorumlar** |
| Not/mektup/zarf yazmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| İmza atmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Telefon numarasını tuşlamak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Randevu programını kaydetmek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Bilgisayar/cep telefonu kullanmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| |  | | --- | | *Yorumlar:* | | | | | | | | |
| Finansal Yönetim | **Zor değil** | | **Orta Derecede Zor** | **Çok Zor** | **Yapılamaz** | **Hiç Gerçekleştirilmiyor** | **Yorumlar** |
| Bozuk ve kâğıt paraları tanımak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Faturaları ve makbuzları okumak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Banka belgelerini doldurma | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Gelir ve gider hesaplarını dengede tutmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Online bankacılık kullanmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| |  | | --- | | *Yorumlar:* | | | | | | | | |
| Serbest Zaman | **Zor değil** | | **Orta** **Derecede Zor** | **Çok Zor** | **Yapılamaz** | **Hiç Gerçekleştirilmiyor** | **Yorumlar** |
| Televizyon izlemek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Kart/oyun oynamak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Kitap/gazete/dergi okumak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Teknoloji (tablet/e-kitap) kullanmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| El işleri yapmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Dışarıda yemek yemek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Toplumsal hayata katılım | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| |  | | --- | | *Yorumlar:* | | | | | | | | |
| Alışveriş | **Zor değil** | | **Orta Derecede Zor** | **Çok Zor** | **Yapılamaz** | **Hiç Gerçekleştirilmiyor** | **Yorumlar** |
| Alışveriş listesi hazırlama | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Mağazada ürünleri bulma | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Etiketleri ve ücretleri okuma | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Son kullanma tarihini belirlemek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Ürünler için ödeme yapmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| |  | | --- | | *Yorumlar:* | | | | | | | | |
| Mobilite | **Zor değil** | | **Orta Derecede Zor** | **Çok Zor** | **Yapılamaz** | **Hiç Gerçekleştirilmiyor** | **Yorumlar** |
| Karşıdan karşıya geçmek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Görüşmeye gitmek | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Arkadaş ve aile ziyaretleri yapmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Toplu ulaşımı kullanmak | 4 | | 3 | 2 | 1 | h/g | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| |  | | --- | | *Yorumlar:* | | | | | | | | |

**Hedefler:**

**Terapistin İmzası:**