**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:**