



**Kun jotain epätavallisempaa on tapahtunut, oletko jälkikäteen yleensä todennut, että**

olit yli- tai aliarvioinut asian merkityksen 1 2 3 4 5 6 7 näit asian oikeassa mittakaavassa

**Kuinka usein sinulla on tunne, että päivittäiset tekemisiesi ovat jokseenkin merkityksettömiä?**

hyvin usein 1 2 3 4 5 6 7 erittäin harvoin tai ei koskaan

**Kuinka usein koet tunteita, joita et varmuudella pysty pitämään hallinnassasi?**

hyvin usein 1 2 3 4 5 6 7 erittäin harvoin tai ei koskaan

**Tulkintaohje ammattilaiselle:**

Työntekijän tulkintaohje (valikoimattomille perusterveydenhuollon potilaille):

**Pistemäärä alle 60:**

Vastaaja on todennäköisesti tehostetun psykososiaalisen tuen tarpeessa. Kartoita tarkemmin alhaiset pisteet tuottaneita kysymyksiä läpikäymällä ja elämäntilannetta kartoittamalla, mihin osa-alueeseen on mahdollisuus puuttua. Käytä tarvittaessa kyseisen aihepiirin seulontalomakkeita. Kartoita vastaajan omat mahdollisuudet toimia asian hyväksi. Ohjaa vastaaja tarpeenmukaiseen jatkohoitoon. Sovi tarvittaessa itsellesi uusi käynti- tai soittoaika asian etenemisen seuraamiseksi.

**Pistemäärä 60-74:**

Vastaajalla saattaa olla tuen tarvetta jollakin elämän osa-alueella. Kartoita tarkemmin alhaiset pisteet tuottaneita kysymyksiä läpikäymällä ja elämäntilannetta kartoittamalla, mihin osa-alueeseen on mahdollisesti tarve puuttua. Selvitelkää yhdessä, mitä hän voi tehdä asialle itse ja asettakaa tavoite ja aikataulu sen toteuttamiseen. Tarpeen mukaan ohjaa saamaan lisäapua kyseisen alan ammattilaiselta. Anna yhteystietosi, jos vastaajalla on tarvetta palata asiaan vielä.

**Pisteet 75-91:**

Vastaajalla ei näytä olevan suurempia ongelmia elämänhallinnassa. Hänellä on tunne siitä että elämä on hallittavaa, ymmärrettävää ja merkityksellistä. Varmista vielä kysymällä että hän on samaa mieltä asiasta ja jos näin on, anna positiivista palautetta hänelle siitä. Jos hän on eri mieltä, kysy, mikä kohta vaatisi puuttumista ja miettikää yhdessä, mitä asialle voisi tehdä.

(Tiettyjen erityisryhmien kohdalla voidaan käyttää alempia pistemääriä kuin 60 pistettä. Esimerkiksi työttömät, päihdeongelmaiset, masentuneet: pistemäärä <48, 48-67 ja >67)

(SOC-13, Antonovsky 1987; Honkinen 2009)