

Resultat ett år efter rehabprojektet med EQ-painting i Kumla kommun

Arbetsgrad

	Ordinarie	Innan	Efter	Nu
100 %	6	2	3	5 (varav 2 på friår)
75 %	1	0	1	1
50 %	0	2	2	1
25 %	0	0	0	0
0 %	0	3	1	0

Hur ofta har du varit korttidssjukskriven?

Innan rehabprojektet?	Direkt efter rehabprojektet?	Nu?
1 Ofta	0 Ofta	0 Ofta
3 Ibland	1 Ibland	0 Ibland
3 Sällan	3 Sällan	3 Sällan
0 Inte alls	3 Inte alls	4 Inte alls

Hur ofta blir du stressad?

Innan rehabprojektet?	Direkt efter rehabprojektet?	Nu?
2 Mycket ofta	0 Mycket ofta	0 Mycket ofta
5 Ofta	1 Ofta	1 Ofta
0 Ibland	6 Ibland	1 Ibland
0 Sällan	0 Sällan	5 Sällan
0 Inte alls	0 Inte alls	0 Inte alls

Hur bra är du på att hantera stressen?

Innan rehabprojektet?	Direkt efter rehabprojektet?	Nu?
0 Mycket bra	0 Mycket bra	1 Mycket bra
0 Bra	4 Bra	4 Bra
3 Hyfsad	2 Hyfsad	1 Hyfsad
2 Dålig	1 Dålig	1 Dålig
2 Mycket dålig	0 Mycket dålig	0 Mycket dålig

I hur hög grad är du återställd från din utbrändhet alternativt fri från dina mentala bördor?

2 Till 100 %
4 Till 75 % eller mer
0 Till 50 % eller mer
1 Till 25 % eller mer
0 Till mindre än 25 %

I hur hög grad har rehabprogrammet åstadkommit ovanstående förbättringar?

2 Till 100 %
3 Till 75 % eller mer
1 Till 50 % eller mer
0 Till 25 % eller mer
1 Till mindre än 25 %

Livskvalitetmätning med WHO's enkät

Område	16/5		1/6		20/9		31/8	
	Poäng	Index	Poäng	Index	Poäng	Index	Poäng	Index
Fysisk hälsa	11,02	100	12,24	111	14,77	134	15,84	144
Psykisk hälsa	11,14	100	12,48	112	14,67	132	15,24	137
Sociala relationer	12,95	100	13,71	106	14,86	115	15,62	121
Miljöfaktorer	13,14	100	13,71	104	14,86	113	15,86	119
Totalt	48,52	100	52,14	107	59,16	122	62,56	129

