



**कृत्रिम अङ्ग प्रयोगकर्ताहरूको
गतिशीलता सम्बन्धि सर्वेक्षण (प्लस. एम)**

संस्करण १.२ - नेपाली

१२ - प्रश्नहरूको छोटो फाराम

नाम: _____ मिति: _____

निर्देशनहरू : कृपया सबै प्रश्नहरूको उत्तर दिँदा मानौं तपाईंले प्रायःजसो प्रयोग गर्ने कृत्रिम खुट्टा (हरू) लगाइरहनु भएको छ । कुनै गतिविधि गर्दा तपाईं लौरो, बैशाखी वा वाकरको प्रयोग गर्नुहुन्छ भने कृपया प्रश्नहरूको उत्तर दिँदा मान्नुस् कि तपाईंले सो उपकरणको प्रयोग गरिरहनु भएको छ ।

तल प्रश्नहरूमा सोधेका कार्य पूरा गर्न, यदि :

- अर्को व्यक्तिको मद्दत चाहिन्छ,
- व्हीलचेयर वा स्कुटरको मद्दत चाहिन्छ,
- असुरक्षित महसुस हुन्छ, भने; कृपया “गर्नै सकिन्दैन” मा चिन्ह (✓) लगाउनुहोस्

कृपया एक पङ्क्तिमा एउटा बक्समा मात्र चिन्ह लगाई दिनुहोला ।

प्रश्न	कुनै कठिनाई बिना	थोरै कठिनाईका साथ	अलि धेरै कठिनाईका साथ	एकदमै धेरै कठिनाईका साथ	गर्नै सकिन्दैन
१. के तपाईं घरमा छोटो दुरी हिंडुल गर्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
२. के तपाईं सडकका पेटिहरूको खुड्किलाहरू माथि चढ्न र तल भर्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
३. के तपाईं ठूलो पार्किङ क्षेत्र हिंडेर पार गर्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
४. के तपाईं गिट्टी भएको सतहरूमा हिंड्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
५. के तपाईं एउटा कोठाबाट अर्को कोठामा कुर्सी लान सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
६. के तपाईं एउटा हातमा किनमेल गर्ने टोकरी बोकेर हिंड्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
७. तपाईं हिंडेरहेको समयमा अरु व्यक्ति तपाईंसँग ठोक्किन आएमा के तपाईं हिंडिराख्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
८. के तपाईं बत्ती नबलेको सडक वा फुट्पाथमा हिंड्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
९. के तपाईं हिंड्दा बाटोमा हिंड्दै गरेका अरु व्यक्तिहरूको बराबरीमा हिंड्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
१०. के तपाईं चिप्लो भुईंमा हिंड्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
११. के तपाईं गिट्टी भएको गाडी गुड्ने भिरालो बाटोमा तल भर्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)
१२. के तपाईं खाल्डाखुल्डी भएका असमान सतहरूका साथै पहाडमा ३ किलोमिटर पैदल यात्रा गर्न सक्नुहुन्छ ?	<input type="checkbox"/> (५)	<input type="checkbox"/> (४)	<input type="checkbox"/> (३)	<input type="checkbox"/> (२)	<input type="checkbox"/> (१)

प्लस एम™ १२ - प्रश्नहरूको छोटो फारम (संस्करण २.०) को अंक प्राप्त गर्ने तालिका

प्लस एम™ छोटो फारमहरू टी - स्कोरको साथ स्कोर गरिन्छ। टी - स्कोर प्राप्त गर्नको लागि छोटो फारमको प्रतिक्रियाका सबै अङ्कको योगफल निकाल्नुहोस्। यो अधूरो प्राप्ताङ्क हो। तलको रुपान्तरण तालिका प्रयोग गरेर टी स्कोर पत्ता लगाउन बाहेक अरु कुनै उद्देश्यको लागि यो अधूरो प्राप्ताङ्क प्रयोग नगर्नुहोस्। यदि छोटो फारममा कुनै प्रश्न अनुत्तरित छन् भने प्राप्ताङ्कको लागि छोटो फारम प्लस एम™ प्रयोगकर्ता मार्गनिर्देशनको निर्देशनहरू प्रयोग गर्नुहोला।

प्लस एम™ १२ - प्रश्नहरूको छोटो फारम (संस्करण १.२०) रुपान्तरण तालिका

अधूरो प्राप्ताङ्क	टी - स्कोर	एस ई	प्रतिशतता
१२.	२१.८	४.४	०.२०%
१३.	२५.२	३.४	०.७०%
१४.	२७.२	३.१	१.१०%
१५.	२८.७	२.९	१.६०%
१६.	३०.०	२.७	२.३०%
१७.	३१.२	२.५	३.००%
१८.	३२.२	२.३	३.८०%
१९.	३३.२	२.२	४.६०%
२०.	३४.१	२.१	५.५०%
२१.	३४.९	२.१	६.५०%
२२.	३५.६	२.०	७.६०%
२३.	३५.४	२.०	८.६०%
२४.	३७.१	१.९	९.८०%
२५.	३७.७	१.९	११.००%
२६.	३८.४	१.९	१२.३०%
२७.	३९.०	१.९	१३.६०%
२८.	३९.७	१.९	१५.१०%
२९.	४०.३	१.९	१६.६०%
३०.	४०.९	१.९	१८.१०%
३१.	४१.५	१.९	१९.८०%
३२.	४२.१	१.९	२१.५०%
३३.	४२.७	१.९	२३.३०%
३४.	४३.३	१.९	२५.२०%
३५.	४३.९	१.९	२७.२०%
३६.	४४.५	१.९	२९.३०%

अधूरो प्राप्ताङ्क	टी - स्कोर	एस ई	प्रतिशतता
३७.	४५.२	१.९	३१.५०%
३८.	४५.८	१.९	३३.७०%
३९.	४६.४	१.९	३६.१०%
४०.	४७.१	१.९	३८.५०%
४१.	४७.७	१.९	४१.१०%
४२.	४८.४	१.९	४३.७०%
४३.	४९.१	२.०	४६.४०%
४४.	४९.८	२.०	४९.१०%
४५.	५०.५	२.०	५१.९०%
४६.	५१.२	२.०	५४.८०%
४७.	५२.०	२.१	५७.८०%
४८.	५२.७	२.१	६०.८०%
४९.	५३.६	२.१	६३.९०%
५०.	५४.४	२.२	६७.००%
५१.	५५.३	२.३	७०.२०%
५२.	५६.३	२.४	७३.४०%
५३.	५७.३	२.५	७६.७०%
५४.	५८.४	२.६	७९.९०%
५५.	५९.६	२.८	८३.२०%
५६.	६१.०	२.९	८६.४०%
५७.	६२.५	३.१	८९.५०%
५८.	६४.५	३.३	९२.६०%
५९.	६७.१	३.८	९५.६०%
६०.	७१.४	४.९	९८.४०%

प्लस एम™ टी - स्कोर
यहाँ लेख्नु गर्नुहोला

↓↓↓↓

प्लस एम™ टी - स्कोर

३.० भन्दा बढी स्टान्डर्ड ईरर को साथ प्लस एम™ टी - स्कोर प्राप्त भएमा श्रेष्ठतर यथार्थ मापनको लागि प्लस एम™ CAT (www.plus-m.org) सिफारिस गरिएको छ। प्रतिशतताले प्लस एम™ को विकास नमूनाको प्रतिशत दर्शाउँछ, जसले उल्लेखित टी - स्कोर को दौजोमा कम गतिशीलता रहेको प्रतिबिंबित गर्दछ। प्लस एम™ टी - स्कोर सम्बन्धि थप जानकारीको लागि प्लस एम™ छोटो फारम प्रयोगकर्ता मार्गनिर्देशन हेर्नुहोला।