

Rezumat Brunnsviken privind instrumentul de măsurare a calității vieții (BBQ)

Mai jos sunt 12 întrebări cu privire la gradul de cunoaștere a calității vieții dvs.

De asemenea, ne întrebăm cu privire la gradul dvs. de satisfacție în diverse sectoare ale vieții și cât de important este fiecare sector al vieții pentru dvs. Încercuți numărul care se potrivește cel mai bine gradului dvs. de cunoaștere.

	În dezacord total				Total de acord	
1	Sunt mulțumit de timpul meu liber : Am ocazia de a face ceea ce îmi doresc pentru a mă relaxa și simți bine.	0	1	2	3	4
2	Timpul meu liber este important pentru calitatea vieții mele.	0	1	2	3	4
3	Sunt mulțumit de modul în care percep viața : Știu ceea ce înseamnă foarte mult pentru mine, ceea ce cred și ceea ce vreau să fac cu viața mea.	0	1	2	3	4
4	Modul în care privesc viața este important pentru calitatea vieții mele.	0	1	2	3	4
5	Sunt mulțumit de oportunitatea de a fi creativ : de a-mi folosi imaginația în viața de zi cu zi, într-o pasiune, la muncă sau când studiez.	0	1	2	3	4
6	Faptul de a fi creativ este important pentru calitatea vieții mele.	0	1	2	3	4
7	Sunt mulțumit de cunoștințele mele : Am capacitatea și dorința de a învăța lucruri noi, interesante și abilitățile care mă interesează.	0	1	2	3	4
8	Învățatul este important pentru calitatea vieții mele.	0	1	2	3	4
9	Sunt mulțumit de prietenii și prieteniiile mele : Am prieteni cu care îmi petrec timpul și care mă susțin (atâția prieteni cât îmi doresc și am nevoie).	0	1	2	3	4
10	Prietenii și prieteniiile sunt importante pentru calitatea vieții mele.	0	1	2	3	4
11	Sunt mulțumit de propria persoană ca individ : Mă plac și mă respect pe mine însumi.	0	1	2	3	4
12	Faptul de a fi mulțumit de mine însumi ca individ este important pentru calitatea vieții mele.	0	1	2	3	4