

Brunnsviken Brief Quality of life scale (BBQ)

Voici 12 questions qui concernent la manière dont vous percevez votre qualité de vie. Nous voudrions connaître le degré de satisfaction que vous ressentez dans différents domaines de votre vie et quelle importance chacun de ces domaines de votre vie a pour vous. Veuillez encercler le chiffre qui correspond le mieux à votre expérience.

	Pas du tout d'accord			Entièrement d'accord		
1	Je suis satisfait(e) de mon passe-temps : j'ai la possibilité de faire ce que je veux pour me détendre et me divertir.					
	0	1	2	3	4	
2	Mon passe-temps est important pour ma qualité de vie.					
	0	1	2	3	4	
3	Je suis satisfait(e) par la manière dont je perçois la vie : je sais ce qui est important pour moi, ce en quoi je crois et ce que je veux faire de ma vie.					
	0	1	2	3	4	
4	La manière dont je perçois la vie joue un rôle important dans ma qualité de vie.					
	0	1	2	3	4	
5	Je suis satisfait(e) par les possibilités que j'ai d'utiliser ma créativité : l'occasion d'utiliser mon imagination dans la vie de tous les jours, dans un hobby, au travail ou dans les études.					
	0	1	2	3	4	
6	Le fait de pouvoir utiliser ma créativité est important pour ma qualité de vie.					
	0	1	2	3	4	
7	Je suis satisfait(e) de l'aspect d'apprentissage de ma vie : j'ai la possibilité et le désir d'apprendre de nouvelles choses intéressantes (que ce soit en matière de connaissances ou d'aptitudes).					
	0	1	2	3	4	
8	Le fait d'apprendre est important pour ma qualité de vie.					
	0	1	2	3	4	
9	Je suis satisfait(e) par mes amis et l'amitié : j'ai des amis que je côtoie et qui me soutiennent (et autant d'amis que je veux et dont j'ai besoin).					
	0	1	2	3	4	
10	Mes amis et l'amitié sont importants pour ma qualité de vie.					
	0	1	2	3	4	
11	Je me sens satisfait(e) de moi-même ; je m'apprécie et me respecte moi-même.					
	0	1	2	3	4	
12	La satisfaction que je ressens par rapport à ma propre personne est importante pour ma qualité de vie.					
	0	1	2	3	4	