

Brunnsviken Brief Quality of life scale (BBQ)

Nedenfor følger 12 spørsmål om hvordan du opplever livskvaliteten din. Vi vil gjerne vite hvor fornøyd du er med ulike områder i livet samt hvor viktig hvert livsområde er. Sett en ring rundt det tallet som best beskriver din opplevelse.

	Stemmer ikke i det hele tatt				Stemmer absolutt	
1	Jeg er fornøyd med fritiden min: jeg har mulighet til å gjøre det jeg vil for å slappe av og kose meg.	0	1	2	3	4
2	Fritiden min er viktig for livskvaliteten min.	0	1	2	3	4
3	Jeg er fornøyd med hvordan jeg ser på livet : jeg vet hva som betyr mye for meg, hva jeg tror på og hva jeg vil gjøre med livet mitt.	0	1	2	3	4
4	Hvordan jeg ser på livet er viktig for livskvaliteten min.	0	1	2	3	4
5	Jeg er fornøyd med mine muligheter til å være kreativ : det å få bruke fantasien i hverdagen, i forbindelse med en hobby, på jobben eller i studier.	0	1	2	3	4
6	Det å være kreativ er viktig for livskvaliteten min.	0	1	2	3	4
7	Jeg er fornøyd med min mulighet til å lære : jeg har mulighet og lyst til å lære meg nye, spennende ting og ferdigheter som interesserer meg.	0	1	2	3	4
8	Læring er viktig for livskvaliteten min.	0	1	2	3	4
9	Jeg er fornøyd med venner og vennskap : jeg har venner som jeg omgås med og som støtter meg (så mange venner som jeg vil ha og trenger).	0	1	2	3	4
10	Venner og vennskap er viktig for livskvaliteten min.	0	1	2	3	4
11	Jeg er fornøyd med meg selv som person : jeg liker og respekterer meg selv.	0	1	2	3	4
12	Det at jeg er fornøyd med meg selv som person er viktig for livskvaliteten min.	0	1	2	3	4