

Brunnsviken Brief Quality of life scale (BBQ)

Nachstehend folgen zwölf Fragen dazu, wie Sie Ihre Lebensqualität erfahren. Wir möchten einerseits wissen, wie zufrieden Sie mit den unterschiedlichen Lebensbereichen sind, andererseits wie wichtig der jeweilige Lebensbereich für Sie ist. Kreisen Sie die Zahl ein, die am besten mit Ihrer Erfahrung übereinstimmt.

	Stimmt überhaupt nicht überein				Stimmt vollständig überein
1 Ich bin zufrieden mit meiner Freizeit : Ich habe die Möglichkeit, zu machen was ich möchte, um zu entspannen und mich zu amüsieren.	0	1	2	3	4
2 Meine Freizeit ist wichtig für meine Lebensqualität.	0	1	2	3	4
3 Ich bin zufrieden mit meiner Lebenseinstellung : Ich weiß, was mir viel bedeutet, an was ich glaube und was ich mit meinem Leben anfangen möchte.	0	1	2	3	4
4 Meine Lebenseinstellung ist wichtig für meine Lebensqualität.	0	1	2	3	4
5 Ich bin zufrieden mit meinen Möglichkeiten, kreativ sein zu dürfen: meine Fantasie im Alltag, bei meinem Hobby, auf der Arbeit oder im Studium einsetzen zu dürfen.	0	1	2	3	4
6 Kreativ sein zu dürfen ist wichtig für meine Lebensqualität.	0	1	2	3	4
7 Ich bin zufrieden mit meinem Lernen : Ich habe die Möglichkeit und Lust, neue spannende Dinge zu lernen und mir Fähigkeiten anzueignen, die mich interessieren.	0	1	2	3	4
8 Lernen ist wichtig für meine Lebensqualität.	0	1	2	3	4
9 Ich bin zufrieden mit Freunden und Freundschaften : Ich habe Freunde, mit denen ich mich treffe und die mich unterstützen (so viele Freunde, wie ich haben möchte und brauche).	0	1	2	3	4
10 Freunde und Freundschaften sind wichtig für meine Lebensqualität.	0	1	2	3	4
11 Ich bin zufrieden mit mir selbst als Individuum : Ich mag und respektiere mich.	0	1	2	3	4
12 Zufrieden mit mir selbst als Individuum zu sein ist wichtig für meine Lebensqualität.	0	1	2	3	4