

Brunnsviken Brief Quality of life scale (BBQ)

در ذیل ۱۲ سوال در مورد امورات زندگی و چگونگی برداشت شما از کیفیت زندگیتان آمده است. ما مایل هستیم بدانیم که شما تا چه حد از موارد زندگیتان راضی میباشید. خواهشمند است که به وسیله کشیدن دایره ای دور آن عدد که به بهترین صورت نشان میدهد که این اظهار تا چه حد با نظر شما صدق میکند را مشخص کنید.

کاملا صدق میکند

به هیچ وجه صدق نمیکند

4	3	2	1	0	1 من از اوقات فراغتم راضی هستم: من امکان استراحت و سرگرمی دارم.
4	3	2	1	0	2 اوقات فراغتم برای من مهم است.
4	3	2	1	0	3 من از بینشم نسبت به زندگی راضی هستم: من میدانم که چه چیزهایی برایم ارزشمند است، و به چه چیز اعتقاد دارم و چه میخواهم در زندگی انجام دهم.
4	3	2	1	0	4 بینش من نسبت به زندگی جهت کیفیت زندگی ام اهمیت دارد.
4	3	2	1	0	5 من از امکاناتم نسبت به داشتن قوه خلاقیت راضی هستم: امکان استفاده از فانتازی در زندگی روزمره، در اوقات فراغت، در حین کار یا تحصیلات
4	3	2	1	0	6 قادر بودن به خلاقیت جهت کیفیت زندگی ام اهمیت دارد.
4	3	2	1	0	7 من از یادگیری ام راضی هستم: من امکان و تمایل به یادگیری چیزهای تازه و مهیج که مورد علاقه ام باشد را دارم.
4	3	2	1	0	8 یادگیری جهت کیفیت زندگی ام اهمیت دارد.
4	3	2	1	0	9 من هایم راضی هستم: من از دوستان و دوستی که با آنها معاشرت کنم و از من پشتیبانی دوستانی آن تعداد دوستانی که احتیاج و (کنند را دارم. (تمایل دارم را دارا میباشم
4	3	2	1	0	10 دوستان و دوستی جهت کیفیت زندگی ام اهمیت دارد.
4	3	2	1	0	11 من از خودم به عنوان یک فرد راضی هستم: من خودم را دوست دارم و برای خود احترام قائل هستم.
4	3	2	1	0	12 از خودم راضی بودن جهت کیفیت زندگی ام اهمیت دارد.