

Brunnsviken Brief Quality of life scale (BBQ)

V dotazníku níže naleznete 12 dotazů pojednávajících o tom, jak vnímáte kvalitu vašeho života. Zajímá nás, jak jste spokojen s různými oblastmi, které se podílí na kvalitě vašeho života a také jak jsou tyto oblasti pro vás důležité. Zakroužkujte číslo, které nejlépe odpovídá vašemu pocitu.

	Vůbec neodpovídá				Zcela odpovídá
1 Jsem spokojen s tím, jak trávím volný čas : mám možnost dělat to, co chci, abych se uvolnil a pobavil.	0	1	2	3	4
2 Můj volný čas je důležitý pro kvalitu mého života.	0	1	2	3	4
3 Jsem spokojen se svým pohledem na život : vím, co je pro mne velmi důležité, v co věřím a co chci v životě dosáhnout.	0	1	2	3	4
4 Můj pohled na svět a na život je důležitý pro kvalitu mého života.	0	1	2	3	4
5 Jsem spokojen s mými tvůrčími schopnostmi : mohu použít fantazii v denním životě, u mých koníčků, v práci nebo během studií.	0	1	2	3	4
6 Možnost kreativity je důležitá pro kvalitu mého života.	0	1	2	3	4
7 Jsem spokojen s možností učení : mám možnost a chuť učit se nové zajímavé věci a dosáhnout nové cíle, které jsou pro mne zajímavé.	0	1	2	3	4
8 Učení je důležité pro kvalitu mého života.	0	1	2	3	4
9 Jsem spokojen s okruhem mých přátel a známých : mám přátele, se kterými se stýkám a kteří mi pomáhají a podporují mě (tolik přátel, kolik chci a potřebuji).	0	1	2	3	4
10 Přátelé a přátelství je důležité pro kvalitu mého života.	0	1	2	3	4
11 Jsem sám se sebou spokojen : mám se rád a respektuji a oceňuji sám sebe.	0	1	2	3	4
12 Být spokojen sám se sebou je důležité pro kvalitu mého života.	0	1	2	3	4