

# Skattningsskala för livskvalitet

**Namn:**

**Personnummer:**

**Datum:**

I formuläret följer några frågor om hur nöjd du är med din nuvarande livssituation. Markera med ett X över det alternativ du tycker bäst beskriver hur du känner just nu.



**1 Hur pass nöjd är du med din nuvarande bostad?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**2 Hur pass nöjd är du med dina möjligheter att vara för dig själv i din nuvarande bostad?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**3 Hur pass nöjd är du med det utrymme du har i din nuvarande bostad?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**4 Hur mycket tycker du om den mat du brukar äta?**

- Inte alls
- Inte särskilt
- Någorlunda
- Mycket
- Våldigt mycket

**5 Hur pass nöjd är du med de fritidsaktiviteter och fritidsresurser som finns tillgängliga för dig?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**6 Hur pass nöjd är du med hur du tillbringar kvällar och helger?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**7 Hur pass nöjd är du med det antal vänner du har?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**8 Känner du att du har så nära kontakt med dina vänner som du skulle vilja ha?**

- Inte alls
- Knappast
- I stort sett
- I hög grad
- I mycket hög grad

**9 Hur pass nöjd är du med dina sex- och kärleksrelationer?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**10 Hur pass nöjd är du med ditt nuvarande sociala liv?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**11 Hur pass nöjd är du med relationerna till dina familjemedlemmar?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**12 Hur pass nöjd är du med hur du tillbringar dina dagar?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**13 Hur pass nöjd är du med det slags arbete du har?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**14 Känner du att du arbetar så mycket som du skulle vilja?**

- Inte alls
- Knappast
- I stort sett
- I hög grad
- I mycket hög grad

**15 Hur pass nöjd är du med hur du mår psykiskt just nu?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**16 Hur pass nöjd är du med ditt nuvarande liv?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**17 Hur pass nöjd är du med dig själv på det hela taget?**

- Inte alls nöjd
- Inte särskilt nöjd
- Ganska nöjd
- Mycket nöjd
- Fullkomligt nöjd

**18 Känner du att du får ut lika mycket glädje av livet som andra människor i allmänhet?**

- Inte alls
- Delvis
- I stort sett
- I hög grad
- I mycket hög grad

**19 Tycker du att du har den frihet du vill ha?**

- Inte alls
- Knappast
- I stort sett
- I hög grad
- I mycket hög grad

**20 Hur bekymrad är du på det hela taget över de problem du har i din nuvarande livssituation?**

- Extremt bekymrad
- Mycket bekymrad
- Ganska bekymrad
- Lite bekymrad
- Inte alls bekymrad

**21 Hur ofta hindrar dina problem dig från att göra saker du skulle vilja göra?**

- Nästan alltid
- Ofta
- Ibland
- Sällan
- Aldrig