



## دستور العمل

این پرسشنامه درباره احساس شما راجع به کیفیت زندگی، سلامتی و سایر جنبه های زندگیتان سوال می پرسد. اگر شما مطمئن نیستید کدام پاسخ را برای سوالی انتخاب کنید، لطفاً پاسخی را که مناسب تر است انتخاب نمایید. این پاسخ اغلب نخستین انتخاب شما است.

طی دو هفته اخیر فکر کنید ...

به عنوان مثال؛ با تفکر به دو هفته اخیر یک سوال ممکن است به این صورت باشد:

شما به چه میزان نگران سلامتی خودتان هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی زیاد	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

شما باید دور عددی که بهترین پاسخ است برای اینکه چقدر نگران سلامتیان طی ۲ هفته اخیر بوده اید دایره بکشید. بنابراین اگر «خیلی زیاد» نگران سلامتی خود بوده اید عدد ۴ و اگر «اصلاً» نگران سلامتیان نبوده اید دور عدد ۱ را دایره بکشید. لطفاً هر پرسش را بخوانید، احساس خود را ارزیابی کنید و دور عددی که برای شما بهترین پاسخ است برای هر سوال دایره بکشید.

از همکاری شما سپاسگزاریم

سوالات زیر از شما درباره اینکه طی ۲ هفته اخیر به چه میزان شرایط خاص را تجربه کرده اید می پرسند، به عنوان مثال، احساسات مثبت از قبیل شادی و رضایت. اگر این چیزها را بیش از حد تجربه کرده اید عدد مربوط به قسمت «بیش از حد» و اگر اصلاً تجربه این موارد را نداشته اید عدد مربوط به گزینه «اصلاً» را دایره بکشید. اگر پاسخ شما جایی بین این دو گزینه قرار دارد باید عددی که بین دو گزینه «اصلاً» و «بیش از حد» قرار دارد را انتخاب کنید.

### سوالات مربوط به ۲ هفته اخیر است...

۱. آیا شما نگران درد و ناراحتی خود هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲. سرو کار داشتن با هر گونه درد و ناراحتی چقدر برای شما دشوار است؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳. تا چه حدی احساس می کنید که درد (فیزیکی) مانع انجام کارهایی که لازم است انجام دهید می شود؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۴. چقدر زود خسته می شوید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۵. به چه میزان از خستگی رنج می برید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۶. آیا مشکلی هنگام خوابیدن دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۷. مشکلات خواب تا چه میزان شما را نگران کرده اند؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۸. چقدر از زندگی لذت می برید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۹. چقدر به آینده خوش بین هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۰. به چه میزان احساسات مثبت را در زندگی خود تجربه می کنید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۱. چقدر می توانید خوب تمرکز کنید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۲. چقدر برای خودتان ارزش قائلید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۳. چقدر اعتماد به نفس دارید؟ (اعتماد به نفس شما به چه میزان است؟)

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۴. آیا باظاهر و قیافه خود مشکل دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۵. آیا بخشی از ظاهرتان هست که شما را ناراحت کند؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۶. چقدر احساس نگرانی می کنید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۷. به چه میزان هر گونه احساس ناراحتی و افسردگی در فعالیت روزمره شما تداخل ایجاد می کند؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۸. به چه میزان هر گونه احساس افسردگی شما را رنج می دهد؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۱۹. تا چه حدی در انجام فعالیت های روزمره خود مشکلی دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۰. به چه میزان از هر گونه محدودیت در انجام فعالیت های روزمره زندگی رنج می برید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۱. به چه میزان برای انجام کارهای روزانه خود نیاز به دارو دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۲. به چه میزان برای انجام کارهای خود نیازمند هر گونه درمان پزشکی هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۳. کیفیت زندگی شما تا چه حدی بستگی به استفاده از مواد دارویی یا کمک طبی دارد؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۴. چقدر در زندگیتان احساس تنهایی می کنید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۵. به چه میزان نیازهای جنسی شما برآورده می شود؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۶. آیا از هر گونه اشکال در فعالیت جنسی خود رنج می برید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۷. چقدر در زندگی خود احساس امنیت می کنید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۸. آیا احساس می کنید که در محیطی امن زندگی می کنید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲۹. به چه میزان نگران امنیت خود هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۰. محلی که زندگی می کنید چقدر راحت است؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۱. چقدر مکان زندگی خود را دوست دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۲. آیا مشکلات مالی دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۳. چقدر نگران مسائل مالی هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۴. چقدر راحت به مراقبت پزشکی دسترسی دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۵. به چه میزان از اوقات فراغت خود لذت می برید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۶. محیط فیزیکی اطراف شما چقدر سالم است؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۷. چقدر نگران سروصدای محل زندگی خود هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۸. تا چه میزان در رفت و آمد مشکل دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳۹. تا چه میزان مشکلات رفت و آمد زندگی شما را محدود کرده است؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

پرسش های زیر درباره اینکه تا چه میزان به طور کامل قادر به انجام چیزهای خاص در ۲ هفته اخیر بوده اید، از شما سوال می کنند. مثلاً فعالیت های روزمره زندگی از قبیل شستن، لباس پوشیدن یا غذا خوردن. اگر شما قادر به انجام این فعالیت ها به طور کامل بوده اید عدد مربوط به گزینه «کاملاً» را دایره بکشید و اگر اصلاً نتوانسته اید این فعالیت ها را انجام دهید عدد مربوط به «اصلاً» را انتخاب کنید. اگر پاسخ شما بین دو گزینه «اصلاً» و «کاملاً» قرار دارد باید یکی از اعدادی که بین این دو گزینه است را دایره بکشید.

### سوالات مربوط به ۲ هفته گذشته است ...

۱. آیا انرژی کافی برای زندگی روزمره دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۲. آیا قادر به پذیرش ظاهر بدنی خود هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۳. تا چه میزان قادر به انجام فعالیت های روزمره خود هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۴. تا چه میزان وابسته به دارو هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۵. آیا هر نوع کمکی که نیاز دارید از اطرافیان دریافت کرده اید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۶. تا حدی می توانید روز دوستانتان هنگام نیاز حساب کنید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۷. کیفیت منزل شما تا چه میزان نیازهایتان را برآورده می کند؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۸. آیا پول کافی برای تأمین نیازهای خود دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۹. اطلاعاتی که در زندگی روزمره نیاز دارید به چه میزان در دسترس شما هستند؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۱۰. تا چه حدی برای به دست آوردن اطلاعاتی که نیاز دارید فرصت دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۱۱. تا چه میزان برای فعالیت های اوقات فراغت خود فرصت دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۱۲. چقدر قادر به استراحت و لذت بردن از خودتان هستید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۱۳. به چه میزان وسائل کافی برای حمل و نقل دارید؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	اکثر اوقات	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵



پرسش های زیر از شما می پرسد که تا چه حدی احساس خوبی، رضایت و خوشحالی درباره جنبه های مختلف زندگی خود طی ۲ هفته گذشته داشته اید. به عنوان مثال درباره زندگی خانوادگی یا انرژی که داشته اید تعیین کنید که چقدر از جنبه های زندگی خود راضی بوده اید و عددی که مناسب ترین گزینه برای احساس شما در این باره است را دایره بکشید.

### سوالات مربوط به ۲ هفته گذشته است ...

#### ۱. چقدر از کیفیت زندگی خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

#### ۲. به طور کلی چقدر از زندگی خود رضایت دارید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

#### ۳. چقدر از سلامتی خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

#### ۴. چقدر از انرژی که دارید راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

#### ۵. چقدر از خواب خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

#### ۶. چقدر از توانایی تان برای آموختن اطلاعات جدید رضایت دارید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

#### ۷. چقدر از توانایی خود در تصمیم گیری راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

#### ۸. چقدر از خودتان راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۹. چقدر از توانایی هایتان راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۰. چقدر از ظاهر بدنی خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۱. چقدر از توانایی تان در انجام فعالیت های زندگی روزمره خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۲. چقدر از روابط شخصی خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۳. چقدر از زندگی جنسی خود رضایت دارید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۴. چقدر از حمایتی که از طرف خانواده خود دریافت می کنید راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۵. چقدر از حمایتی که از طرف دوستانان دریافت می کنید راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۶. چقدر از توانایی خود برای حمایت و تأمین دیگران رضایت دارید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۷. چقدر از سلامت فیزیکی و امنیت خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۸. چقدر از شرایط محل زندگی خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۱۹. چقدر از موقعیت مالی خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۰. چقدر از دسترسی به خدمات سلامت رضایت دارید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۱. چقدر از خدمات مراقبت های اجتماعی رضایت دارید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۲. به چه میزان از فرصت هایتان برای کسب مهارت های جدید راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۳. به چه میزان از فرصت هایتان برای کسب اطلاعات جدید راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۴. چقدر از نحوه صرف اوقات فراغت خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۵. چقدر از محیط فیزیکی اطراف خود راضی هستید؟ (مثل آلودگی، آب و هوا، سروصدا و جاذبه های محیط)

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۶. چقدر از شرایط آب و هوایی محل زندگی خود راضی هستید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۷. به چه میزان از سیستم رفت و آمد (نقل و انتقالات) خود رضایت دارید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۸. آیا از روابط خود با اعضای خانواده تان احساس خشنودی می کنید؟

خیلی ناراضی	ناراضی	نه خیلی راضی، نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱	۲	۳	۴	۵

۲۹. کیفیت زندگی خود را چگونه ارزیابی می کنید؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

۳۰. زندگی جنسی خود را چگونه ارزیابی می کنید؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

۳۱. خواب شما چگونه است؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

۳۲. حافظه خود را چگونه ارزیابی می کنید؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

۳۳. کیفیت خدمات اجتماعی در دسترس را چگونه ارزیابی می کنید؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

پرسش های زیر مربوط به این است که هر چند وقت چیزهای خاص را تجربه یا احساس می کنید به عنوان مثال حمایت خانواده یا دوستان خود را یا تجربیات منفی از قبیل احساس ناامن. اگر اصلاً این چیزها را طی ۲ هفته گذشته تجربه نکرده اید دور عدد مربوط به گزینه «هرگز» را دایره بکشید و اگر این چیزها را تجربه کرده اید، تعیین کنید هر چند وقت یکبار و بعد دور عدد مناسب را دایره بکشید. بنابراین به عنوان مثال اگر تمام مدت در طی ۲ هفته گذشته، احساس درد داشته اید دور عدد مربوط به گزینه «همیشه» دایره بکشید.

### سوالات مربوط به ۲ هفته گذشته است ...

۱. هر چند وقت یکبار از درد (فیزیکی) رنج می برید؟

هرگز	ندرتاً	گاهی اوقات	اغلب اوقات	همیشه
۱	۲	۳	۴	۵

۲. آیا به طور کلی احساس رضایت و خشنودی دارید؟

هرگز	ندرتاً	گاهی اوقات	اغلب اوقات	همیشه
۱	۲	۳	۴	۵

۳. هر چند وقت یکبار احساسات منفی دارید؟ (از قبیل بدخلقی، یأس و ناامیدی، نگرانی و افسردگی)

هرگز	ندرتاً	گاهی اوقات	اغلب اوقات	همیشه
۱	۲	۳	۴	۵

پرسش های زیر مربوط به هر گونه کاری است که انجام می دهید. کار در اینجا به معنی هر گونه فعالیت عمده است که انجام می دهید. شامل کار داوطلبانه، مطالعه تمام وقت، مراقبت در خانه، مراقبت کودکان کار با دستمزد یا بدون دستمزد  
 بنابراین منظور کاری که اینجا به کار رفته، کلیه فعالیت هایی است که بخش عمده ای از زمان و انرژی شما را می گیرد.

### سوالات مربوط به ۲ هفته گذشته است ...

۱. آیا قادر به کار کردن هستید؟

اصلاً	کمی	به طور متوسط	غالباً	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۲. آیا می توانید وظایف خود را انجام دهید؟

اصلاً	کمی	به طور متوسط	غالباً	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۳. چقدر از ظرفیت خود برای کار کردن راضی هستید؟

اصلاً	کمی	به طور متوسط	غالباً	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

۴. توانایی خود برای کار کردن را چگونه ارزیابی می کنید؟

اصلاً	کمی	به طور متوسط	غالباً	کاملاً
۱	۲	۳	۴	۵

پرسش های اندک بعدی از شما درباره توانایی رفت و آمدتان طی ۲ هفته گذشته می پرسد. این مربوط به توانایی فیزیکی تان برای رفت و آمد و انجام فعالیت هایی که دوست دارید انجام دهید و نیز کارهایی که نیاز به انجام آنها دارید است.

۱. به چه میزان قادر به رفت و آمد هستید؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

۲. به چه میزان هر گونه مشکلی در رفت و آمد شما را رنج می دهد؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

۳. تا چه حدی هر گونه مشکل در رفت و آمد، نحوه زندگی شما را تحت تأثیر قرار می دهد؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

۴. تا چه میزان از توانایی تان در رفت و آمد راضی هستید؟

خیلی ضعیف	ضعیف	نه خوب، نه ضعیف	خوب	خیلی خوب
۱	۲	۳	۴	۵

پرسش های اندک زیر مربوط است به عقاید شخصی شما و اینکه چگونه بر کیفیت زندگی شما تأثیر می گذارند. این پرسش ها مربوط به مذهب، روحانیت و سایر عقایدی است که ممکن است داشته باشید.

**این پرسش ها مربوط به ۲ هفته گذشته است ...**

۱. آیا عقاید شخصی شما به زندگی تان معنی می دهد؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۲. تا چه حدی احساس می کنید که زندگی تان هدف دار است؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۳. تا چه حدی عقاید شخصی تان برای مواجهه با مشکلات به شما قدرت می دهد؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵

۴. تا چه حدی عقاید شخصی تان برای درک مشکلات در زندگی به شما کمک می کنند؟

اصلاً	کمی	به میزان متوسط	خیلی	بیش از حد
۱	۲	۳	۴	۵



## «درباره شما»

جنس شما چیست؟  مرد  زن

تاریخ تولد شما چیست؟ روز ..... / ماه ..... / سال .....

بیشترین تحصیلات شما کدام است؟

دبستان  دبیرستان  لیسانس  فوق لیسانس به بالا

وضعیت ازدواج شما چگونه است؟

مجرد  متأهل  مطلقه  بیوه

سلامت شما چگونه است؟

خیلی ضعیف  ضعیف  نه ضعیف، نه خوب  خوب  خیلی خوب

چه مشکلات سلامت در این لحظه دارید؟ (موارد مرتبط را علامت بزنید)

مشکل قلبی  فشار خون بالا  آرتروز یا روماتیسم  سرطان

آمفیرم یا برونشیت مزمن  دیابت (بیماری قند)  کاتاراکت (آب مروارید)

سکته  شکستگی استخوان  مشکلات مزمن عصبی و روحی

مشکلات مزمن پا (ناخن فرورفته، استخوان نابجا)  خونریزی از مقعد