

WEMWBS

Nedenfor finner du en del utsagn om følelser og tanker.

Vennligst kryss av for det som best beskriver din opplevelse for hvert utsagn de siste 2 ukene.

	Ikke i det hele tatt	Sjelden	En del av tiden	Ofte	Hele tiden
1. Jeg har vært optimistisk med hensyn til fremtiden	1	2	3	4	5
2. Jeg har følt meg nyttig	1	2	3	4	5
3. Jeg har følt meg avslappet	1	2	3	4	5
4. Jeg har følt interesse for andre mennesker	1	2	3	4	5
5. Jeg har hatt masse energi	1	2	3	4	5
6. Jeg har håndtert problemer godt	1	2	3	4	5
7. Jeg har tenkt klart	1	2	3	4	5
8. Jeg har vært fornøyd med meg selv	1	2	3	4	5
9. Jeg har følt nærhet til andre mennesker	1	2	3	4	5
10. Jeg har følt meg selvsikker	1	2	3	4	5
11. Jeg har vært i stand til å ta beslutninger	1	2	3	4	5
12. Jeg har følt meg elsket	1	2	3	4	5
13. Jeg har vært interessert i nye ting	1	2	3	4	5
14. Jeg har vært i godt humør	1	2	3	4	5

Translated by Smith O.R.F.¹, Alves D.E.¹, Haug E.M.M.², Aarø L.E.¹

¹⁾ Division of Mental Health, Norwegian Institute of Public Health, Kalfarveien 31, 5018 Bergen, Norway

²⁾ NLA University College, Postboks 74, Sandviken, 5812 Bergen, Norway