

"مقیاس بهزیستی"<sup>۱</sup>

کاملاً موافقم	موافقم	نه موافق، نه مخالف	مخالفم	کاملاً مخالفم		
					۱	افرادی هستند که میتوانم روی کمکشان حساب کنم .
					۲	افرادی هستند که مرا حمایت میکنند و به من دلگرمی می دهند
					۳	افرادی هستند که به من بعنوان یک انسان بها می دهند.
					۴	در مواقع لازم برای کمک به رفع مشکل محله اقدام می کنم.
					۵	همسایگانم را به منزلم دعوت می کنم.
					۶	درموقعی که همسایگانم به کمک احتیاج دارند به دنبال راه حل می - گردم.
					۷	میتوانم به مردم جامعه ام اعتماد کنم.
					۸	همسایگانم افراد قابل اعتمادی هستند.
					۹	اکثر افرادی که با آنها مواجه می شوم صادق هستند.
					۱۰	مردم به من احترام می گذارند .
					۱۱	مردم با من مؤدب رفتار می کنند .
					۱۲	به من به اندازه دیگران احترام گذاشته می شود .
					۱۳	احساس تنهایی می کنم .
					۱۴	اغلب حس می کنم منزوی و طرد شده ام .
					۱۵	نسبت به کسی احساس نزدیکی و صمیمیت نمی کنم.
					۱۶	نسبت به جامعه ام احساس تعلق می کنم .
					۱۷	نسبت به شهر خودم احساس تعلق می کنم .
					۱۸	نسبت به کشورم احساس تعلق می کنم .
					۱۹	کاملاً در کارهایی که انجام می دهم غرق می شوم.

<sup>1</sup> The well-Being scale

کاملاً موافقم	موافقم	نه موافق، نه مخالف	مخالفم	کاملاً مخالفم		
					در اکثر فعالیتهایی که انجام میدهم ، احساس نشاط می کنم.	۲۰
					وقتی روی چیزی کار می کنم هیجان زده میشوم .	۲۱
					در زندگی روزانه ام از مهارتهایم زیاد استفاده می کنم .	۲۲
					غالباً از استعدادهایم استفاده می کنم .	۲۳
					هر روز کاری را که در آن مهارت دارم انجام می دهم .	۲۴
					دیروز چیز تازه ای یاد گرفتم .	۲۵
					یادگیری چیزهای جدید برایم مهم است .	۲۶
					هر روز چیز تازه ای یاد می گیرم .	۲۷
					اکثر تصمیمات زندگی ام را دیگران می گیرند .	۲۸
					انتخابهایی که در زندگی انجام می دهم واقعاً انتخابهای خودم نیستند.	۲۹
					دیگران تصمیم می گیرند که من قادر به انجام چه کارهایی هستم یا نیستم.	۳۰
					در حال رسیدن به اکثر هدفهایم هستم.	۳۱
					خواسته هایم در حال تحقق هستند.	۳۲
					آنقدر پیگیری می کنم تا به آرزوهایم برسم .	۳۳
					اگر بر کاری تمرکز کنم می توانم موفق شوم.	۳۴
					در خود توانایی مواجهه با وقایع غیرمنتظره را می بینم.	۳۵
					باور دارم که قادر به انجام کارهای زیادی هستم .	۳۶
					هر آنچه که در زندگی انجام میدهم با ارزش و مفید است.	۳۷
					کارهایی که انجام می دهم برای جامعه مفید است.	۳۸
					کارهایی که انجام می دهم برای دیگران اهمیت دارد.	۳۹
					زندگی من هدف مشخصی دارد.	۴۰
					معنای رضایتبخش زندگی را یافته ام.	۴۱

کاملاً موافقم	موافقم	نه موافق، نه مخالف	مخالفم	کاملاً مخالفم		
					می دانم چه چیزی به زندگیم معنا می بخشد.	۴۲
					به آینده خوش بین هستم.	۴۳
					دید مثبتی به زندگی دارم.	۴۴
					در زندگی بیشتر منتظر چیزهای خوب هستم تا چیزهای بد.	۴۵
					از بیشتر جهات، زندگیم به ایده آل هایم نزدیک است.	۴۶
					از زندگیم راضی ام.	۴۷
					زندگی ام خوب پیش می رود.	۴۸
					اکثر اوقات احساس مثبتی دارم.	۴۹
					اکثر اوقات احساس خوشحالی می کنم.	۵۰
					اکثر اوقات احساس خوبی دارم.	۵۱
					اکثر اوقات احساس منفی دارم.	۵۲
					اکثر اوقات احساس ناخوشایندی را تجربه می کنم.	۵۳
					اکثر اوقات احساس بدی دارم .	۵۴