

DRK-Schmerz-Zentrum Mainz

FW-7

Im folgenden finden Sie eine Reihe von Aussagen zum Wohlbefinden. Bitte lesen Sie jede Aussage durch und geben Sie an, wie Sie sich in den letzten 14 Tagen meisten gefühlt haben. Kreuzen Sie dazu bei jeder Aussage auf der 6-stufigen Skala jeweils die Zahl an, die am ehesten für Sie zutrifft. Die Skalenwerte bedeuten: 1 = trifft gar nicht zu; 2 = trifft ein wenig zu usw. bis 5 = trifft überwiegend zu; 6 = trifft völlig zu. Nutzen Sie bitte die ganze Breite der Skala aus und bearbeiten Sie bitte **alle Aussagen!**

| Für die letzten 14 Tage trifft auf mich zu: | trifft gar nicht zu | | | | | trifft völlig zu |
|--|------------------------------|---|---|---|---|------------------------|
| 1. Ich habe meine täglichen Anforderungen im Griff | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 2. Ich bin innerlich erfüllt gewesen | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 3. Ich habe mich behaglich gefühlt | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 4. Ich habe mein Leben genießen können | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 5. Ich bin mit meiner Arbeitsleistung zufrieden gewesen | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 6. Ich war mit meinem körperlichen Zustand einverstanden | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
| 7. Ich habe mich richtig freuen können | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |