

OLUMLU ve OLUMSUZ DENEYİM ÖLÇEĞİ

Lütfen, son bir ay içinde yaptıklarınızı düşününüz ve aşağıdaki duygulardan her birini ne kadar hissettiğinizi 1 ile 5 arasında değişen puanları kullanarak değerlendiriniz. Her bir madde için seçtiğiniz numarayı işaretleyiniz.

.

- 1 = Asla
- 2 = Nadiren
- 3 = Bazen
- 4 = Sık sık
- 5 = Her zaman

- _____ Olumlu
- _____ Olumsuz
- _____ İyi
- _____ Kötü
- _____ Keyifli
- _____ Keyifsiz
- _____ Mutlu
- _____ Üzgün
- _____ Korkulu
- _____ Neşeli
- _____ Kızgın
- _____ Hoşnut

For Turkish version of the SPANE, please contact with Dr. Mithat Durak

E-mail: mithat@mithatdurak.com, mithatdurak@yahoo.com

Web: www.mithatdurak.com