

# Verismo

- Din psykologiske veileder

Under finner du et utvalg med 8 ulike utsagn. Du vil se at noen av disse utsagnene beskriver deg godt, mens andre ikke gjør det. Vennligst angi hvor godt hvert utsagn passer for deg ved å indikere hvor enig du er i hvert utsagn. Tallet 1 indikerer at du er meget uenig i at utsagnet beskriver deg, mens tallet 7 indikerer at du er veldig enig i at utsagnet beskriver deg.

## 1. Jeg lever et meningsfylt liv

Meget uenig

Hverken enig eller uenig

Veldig enig

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

## 2. Mine sosiale relasjoner er støttende og givende

Meget uenig

Hverken enig eller uenig

Veldig enig

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

## 3. Jeg er engasjert og interessert i mine daglige gjøremål

Meget uenig

Hverken enig eller uenig

Veldig enig

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

## 4. Jeg bidrar aktivt til andres lykke og velvære

Meget Uenig

Hverken enig eller uenig

Veldig enig

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

## 5. Jeg er kompetent og dyktig i de aktivitetene som er viktige for meg

Meget uenig

Hverken enig eller uenig

Veldig enig

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

## 6. Jeg er en god person og lever et godt liv

Meget uenig

Hverken enig eller uenig

Veldig enig

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

## 7. Jeg er optimistisk med tanke på fremtiden

Meget uenig

Hverken enig eller uenig

Veldig enig

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

## 8. Folk respekterer meg

Meget uenig

Hverken enig eller uenig

Veldig enig

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Din total \_\_\_\_\_

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, volume 97, issue 2, page 143-157.