



CORE-GP

PILDO TYRĖJAS

Klientas

Data

D

D

M

M

M

M

M

M

Amžius

Vyras

Moteris

DĖMESIO! PIRMIAUSIA PERSKAITYKITE ŠIĄ INFORMACIJĄ.

Šioje anketoje rasite 14 teiginių apie tai, kaip jūs jautėtės per praėjusią savaitę. Perskaitykite kiekvieną teiginį ir prisiminkite, ar dažnai taip jautėtės per paskutines septynias dienas. Pažymėkite labiausiai tinkantį langelį.

Per paskutines septynias dienas...

	Nė karto	Labai retai	Kartais	Dažnai	Dažniausiai arba nuolat
1 Maniau, kad esu pati kalta dėl savo problemų ir sunkumų	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
2 Jaučiau, kad turiu į ką kreiptis, jei prireiktų	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
3 Jaučiausi gana patenkintas savimi	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
4 Jaučiausi galintis pats susitvarkyti su išskylančiais sunkumais	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
5 Mane vargino skausmai ar kitokie fiziniai negalavimai	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
6 Buvau patenkintas tuo, ką dariau	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
7 Buvo sunku užmigti ar išmiegoti neprabudus	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
8 Jaučiau šilumą ar simpatiją kitam žmogui	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
9 Sugebėjau padaryti beveik viską, ką reikėjo	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
10 Jaučiausi kitų kritikuojamas	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
11 Jaučiausi nelaimingas	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
12 Su kitais žmonėmis buvau irzlus	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
13 Į savo ateitį žvelgiau optimistiškai	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
14 Pasiekiau tai, ko norėjau	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0

DĖKOJAME, KAD SKYRĖTE LAIKO ANKETAI UŽPILDYTI

Bendra vertė (visų elementų suma):

Balų vidurkiai

(Bendras balas padalytas iš atsakymų skaičiaus. Neskaičiuokite, jei praleistas arba netinkamas daugiau nei vienas punktas)