

GDS – styttri gerð

Nafn: _____ Dagsetning: _____

1. Ertu yfirleitt sátt/ur við lífið og tilveruna?..... O já O nei
2. Stundarðu áhugamál þín minna en þú ert vön/vanur?..... O já O nei
3. Finnst þér tilveran tómleg?..... O já O nei
4. Leiðist þér oft?..... O já O nei
5. Ertu yfirleitt í góðu skapi?..... O já O nei
6. Óttastu að eitthvað slæmt muni henda þig..... O já O nei
7. Ertu yfirleitt ánægð/ánægður?..... O já O nei
8. Finnst þér þú oft vera hjálparvana?..... O já O nei
9. Viltu heldur vera heima en fara og fást við eitthvað nýtt? O já O nei
10. Finnst þér minni þitt verra en minni flestra jafnaldra þinna? O já O nei
11. Nýturðu lífsins þessa dagana?..... O já O nei
12. Finnst þér þú vera einskis nýt/ur þessa dagana?..... O já O nei
13. Finnst þér þú vera full/ur orku?..... O já O nei
14. Finnst þér aðstæður þínar vera vonlausar?..... O já O nei
15. Finnst þér flestir hafa það betra en þú?..... O já O nei