

Skala Kesejahteraan Mental Warwick-Edinburgh Pendek

Kenyataan di bawah adalah berkaitan pemikiran dan perasaan.

Sila tanda kotak yang terbaik menerangkan pengalaman anda dalam dua minggu lepas

| KENYATAAN | Tidak pernah | Jarang-jarang | Kadang-kadang | Selalu | Sepanjang Masa |
|---|--------------|---------------|---------------|--------|----------------|
| Saya mempunyai harapan yang baik dalam menghadapi sesuatu hal pada masa hadapan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Saya berasa sangat berguna | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Saya berasa santai | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Saya menyelesaikan masalah dengan baik | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Saya berfikiran jelas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Saya berasa rapat dengan orang lain | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Saya berkebolehan dalam membuat keputusan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |