

Short Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (S) WEMWBS

Ange här hur väl påståendena nedan stämmer överens med hur du upplevt din situation de senaste 2 veckorna.

Sätt ett kryss på varje rad.

	Alltid	Oftast	Ibland	Sällan	Aldrig
Jag har haft en positivsyn på framtiden	1	2	3	4	5
Jag har känt att jag har varit till nytta	1	2	3	4	5
Jag har känt mig lugn	1	2	3	4	5
Jag har hanterat problem på ett bra sätt	1	2	3	4	5
Jag har tänkt på ett klart sätt	1	2	3	4	5
Jag har känt mig nära andra människor	1	2	3	4	5
Jag har själv kunnat bestämma mig om saker och ting	1	2	3	4	5