

แบบสอบถามความผาสุกทางจิตใจภาษาไทยฉบับสั้น

Short Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale – Thai Version  
(SWEMWBS - Thai)

คำแนะนำ : ต่อไปนี้เป็นข้อความความเกี่ยวกับความรู้สึกและความนึกคิดของคน ท่านอาจรู้สึกเช่นนั้นหรือไม่รู้สึกเช่นนั้น  
โปรดระบุว่า ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาท่านรู้สึกเช่นนั้นมากน้อยเพียงใด ด้วยการทำเครื่องหมาย **x** ลงใน   
ให้ตรงกับข้อมูลของท่าน

ข้อคำถาม	ไม่รู้สึก เช่นนั้น 1	รู้สึกเช่นนั้น ไม่ค่อยบ่อย 2	รู้สึกเช่นนั้น เป็นบางครั้ง 3	รู้สึกเช่นนั้น บ่อยครั้ง 4	รู้สึกเช่นนั้น เป็นประจำ 5
1. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันรู้สึกในเชิงบวกเกี่ยวกับอนาคต					
2. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นประโยชน์					
3. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันรู้สึกผ่อนคลาย					
4. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันสามารถรับมือปัญหาได้ดี					
5. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันคิดได้อย่างชัดเจน					
6. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันรู้สึกใกล้ชิดสนิทสนมกับผู้อื่น					
7. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันสามารถตัดสินใจเรื่องต่างๆ ได้ด้วยตนเอง					

Short Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (SWEMWBS)

© University of Warwick, 2006, all rights reserved