

Valued Living Questionnaire

Nedenfor følger et antal områder i livet som nogle mennesker giver værdi. Vi er optaget af din livskvalitet i hvert af disse områder. Du bedes også bedømme hvilken betydning du tilskriver disse områder. Du bedømmer hvert områdes betydning ved at indringe det tal på en skala fra 1-10 som bedst stemmer overens med din opfattelse. En 1'er på skalane modsvarer at området slet ikke er vigtigt for dig, en 10'er modsvarer at området er meget vigtigt. Det er ikke alle som vælger at give værdi til alle disse områder eller som vælger at give alle områder samme værdi. Bedøm hvert område i overensstemmelse med **din egen personlige oplevelse af vigtighed.**

| | Uden vigtighed | Meget vigtigt |
|---|----------------------|---------------|
| 1. Familie (oprindelig familie) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 2. Ægteskab/parforhold/nære relationer | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 3. Forældreskab | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 4. Venner/sociale aktiviteter | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 5. Arbejde | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 6. Uddannelse | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 7. Fritid/sjov | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 8. Åndelighed | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 9. Samfundsengagement | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 10. Fysisk egenomsorg (motion, søvn, diæt) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |

Nu vil vi bede dig om at bedømme i hvor stor en udstrækning dine handlinger har været i overensstemmelse med dine værdier inden for hvert område. Vi spørger ikke om hvordan du ville ønske at det var. Vi spørger heller ikke ind til, hvad andre tænker om dig. Overensstemmelse mellem handlinger og værdier kan variere fra område til område i forskellige perioder i dit liv. **Vi vil gerne vide i hvilken udstrækning du tænker, at du har handlet i overensstemmelse med dine værdier den sidste uges tid.** Skalér hvert område hved at sætte en ring rundt om tallet på en skala fra 1-10. En 1'er betyder at dine handlinger har været helt modstridende med dine værdier og en 10'er betyder, at dine handlinger har være fuldstændig i overensstemmelse med dine værdier.

| | Helt modstridende | Fuldstændig overensstemmelse |
|---|----------------------|---------------------------------|
| 11. Familie (oprindelig familie) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 12. Ægteskab/parforhold/nære relationer | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 13. Forældreskab | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 14. Venner/sociale aktiviteter | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 15. Arbejde | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 16. Uddannelse | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 17. Fritid/sjov | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 18. Åndelighed | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 19. Samfundsengagement | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
| 20. Fysisk egenomsorg (motion, søvn, diæt) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | |
