

مطمئن زندگی کا سوالنامہ

ذیل میں پانچ بیانات دیئے گئے ہیں جن سے ہو سکتا ہے کہ آپ متفق ہوں یا غیر متفق۔ ہر بیان کو ۱-۷ تک کے پیمانے پر مناسب نمبر دے کر اپنی رائے کا اظہار کریں۔

۱.....۲.....۳.....۴.....۵.....۶.....۷

بالکل غیر متفق غیر متفق کچھ حد تک غیر متفق فیصلہ نہیں کر سکتا/سکتی کچھ حد تک متفق متفق بالکل متفق

- (۱) _____ بہت حد تک میری زندگی میری آئیڈیل زندگی کے قریب ہے۔
- (۲) _____ میری زندگی کے حالات نہایت عمدہ ہیں۔
- (۳) _____ میں اپنی زندگی سے مطمئن ہوں۔
- (۴) _____ ابھی تک میں وہ تمام اہم چیزیں، جو میں زندگی میں چاہتا/چاہتی ہوں، حاصل کر چکا/چکی ہوں۔
- (۵) _____ اگر میں اپنی زندگی پھر سے جی سکتا/سکتی تو میں تقریباً کچھ بھی تبدیل نہ کرتا/کرتی۔

سوال نامہ پر کرنے کا شکریہ!

All rights reserved

Copyrights© Ed Diener, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen and Sharon Griffin,1985

Translated (2014) by : M. Mussaffa Butt, Aamna Ghani and Shahrukh Khan

Department of Psychology, GC University, Lahore, Pakistan.

Email: mussaffa@gmail.com