

Παρακάτω υπάρχει μια λίστα με ‘δηλώσεις’ σχετικές προς την ασθένειά σας. Παρακαλώ σημειώστε πόσο συμφωνείτε με αυτές βάζοντας σε κύκλο τον αριθμό που αντιστοιχεί στην απάντηση που θέλετε να δώσετε. Μην δαπανάτε πολύ χρόνο για να απαντήσετε. Οι πρώτες εντυπώσεις είναι συνήθως οι καλύτερες.

	Δεν συμφωνώ καθόλου	Συμφωνώ κάπως	Συμφωνώ σε μεγάλο βαθμό	Συμφωνώ απολύτως
1. Η ασθένειά μου με κάνει συχνά να νιώθω ανήμπορος.	1	2	3	4
2. Η ασθένειά μου επιβάλλει περιορισμούς σε οτιδήποτε είναι σημαντικό για μένα.	1	2	3	4
3. Η ασθένεια μου ελέγχει τη ζωή μου.	1	2	3	4
4. Εξαιτίας της ασθένειάς μου, χάνω τα πράγματα που μου αρέσουν περισσότερο.	1	2	3	4
5. Η ασθένειά μου με παρεμποδίζει να κάνω ό,τι πραγματικά θα ήθελα να κάνω.	1	2	3	4
6. Υπάρχουν φορές που η ασθένειά μου με κάνει να νιώθω άχρηστος.	1	2	3	4
7. Έχω μάθει να αποδέχομαι τους περιορισμούς που επιβάλλει η ασθένειά μου.	1	2	3	4
8. Έχω μάθει να ζω με την ασθένειά μου.	1	2	3	4
9. Μπορώ να αποδέχομαι την ασθένειά μου καλά.	1	2	3	4
10. Μπορώ να αντιμετωπίσω με αποτελεσματικότητα την ασθένειά μου.	1	2	3	4
11. Μπορώ να χειριστώ τα προβλήματα που σχετίζονται με την ασθένειά μου.	1	2	3	4
12. Νομίζω ότι μπορώ να χειριστώ τα προβλήματα που σχετίζονται με την ασθένειά μου, ακόμα και αν χειροτερέψει.	1	2	3	4
13. Η αντιμετώπιση της ασθένειας με έχει κάνει δυνατότερο άνθρωπο.	1	2	3	4
14. Έχω μάθει πολλά από την ασθένειά μου.	1	2	3	4
15. Η ασθένειά μου με δίδαξε να απολαμβάνω την κάθε στιγμή περισσότερο.	1	2	3	4
16. Η ασθένειά μου έχει κάνει τη ζωή πιο πολύτιμη για μένα.	1	2	3	4
17. Η ασθένειά μου με έχει βοηθήσει να συνειδητοποιήσω τι είναι σημαντικό στη ζωή	1	2	3	4
18. Κοιτώντας πίσω, μπορώ να δω ότι η ασθένειά μου έχει φέρει και μερικές θετικές αλλαγές στη ζωή μου.	1	2	3	4