

1. (G 1) ඔබගේ ජීවිතයේ ගුණාත්මකභාවය පිළිබඳව ඔබගේ අදහස කුමක්ද ?

ඉතාමත් දුර්වලයි	දුර්වලයි	සාමාන්‍යයි	ඉතා හොඳයි	ඉතාමත් හොඳයි
1	2	3	4	5

2. (G 4) ඔබගේ සෞඛ්‍ය තත්වය පිළිබඳව කොතරම් දුරට සැහිමකට පත්වන්නේ ?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

3. (F 1.4) ඔබට හැඟෙන පරිදි ශාරීරික වේදනාවන් ඔබගේ වැඩකටයුතු කොතෙක් දුරට වලක්වාලන්නේද ?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් තදබල ලෙස
1	2	3	4	5

4. (F 11.3) ඔබගේ ජීවිතයේ එදිනෙදා ක්‍රියාකාරීත්වයන් සඳහා කොතරම් දුරට වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර අවශ්‍ය වන්නේද ?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් තදබල ලෙස
1	2	3	4	5

5. (F 4.1) ඔබ ඔබගේ ජීවිතය කොතරම් දුරට සතුටින් ගත කරන්නේද ?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් තදබල ලෙස
1	2	3	4	5

6. (F 24.2) ඔබගේ ජීවිතය කොතරම් දුරට අර්ථවන්දැයි (හරවන්දැයි) ඔබට හැඟෙන්නේද ?

කොහෙත්ම නොහැක	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් අර්ථවන්
1	2	3	4	5

7. (F 5.3) ඔබට යමක් කෙරෙහි කොතරම් හොඳින් අවධානය යොමු කළ හැකිද ?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් තදබල ලෙස
1	2	3	4	5

8. (F 16 .1) ඔබගේ එදිනෙදා ජීවිතය කොතරම් දුරට ආරක්ෂාකාරී දැයි ඔබ සිතනවාද ?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් තදබල ලෙස
1	2	3	4	5

9. (F 22.1) ඔබ ජීවත්වන පරිසරය කොතරම් සනිපාරක්ෂාකාරීද ?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් සනීපයි
1	2	3	4	5

10. (F 2. 1) ඔබ එදිනෙදා කටයුතු සඳහා ඇති තරම් ශරීර ශක්තියක් තිබේද ?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	සම්පූර්ණයෙන්ම
1	2	3	4	5

11. (F 7. 1) ඔබගේ ශරීරයේ පෙනුම ගැන ඔබට සතුටුවිය හැකි ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	සම්පූර්ණයෙන්ම
1	2	3	4	5

12. (F 18.1) ඔබගේ අවශ්‍යතාවයන් සපුරාගැනීම සඳහා ප්‍රමාණවත් මුදල් ඔබට තිබේ ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	සම්පූර්ණයෙන්ම
1	2	3	4	5

13. (F 20.1) ඔබගේ ඵදිනෙදා ජීවන කටයුතු සඳහා අවශ්‍ය පුවත් සහ තොරතුරු කොතරම් දුර ඔබට ලැබෙන්නේ ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

14. (F 21.1) විවේකීව ගත කිරීම සඳහා ඔබට කොතරම් දුරට ඉඩ ප්‍රස්ථා ලැබේ ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

15. (F 9.1) ඔබට කොතරම් හොඳින් ඔබ මොබ (ඵහා මෙහා) යාමට හැකි ද?

කොහෙන්ම නොහැක	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

16. (F 3.3) ඔබගේ නින්ද පිළිබඳව කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

17. (F 10.3) තමාගේම තොරතුරු අධ්‍යයනය කිරීමේ හැකියාව පිළිබඳව ඔබ කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

18. (F 12.4) ඔබගේ වැඩ කිරීමේ හැකියාවේ ප්‍රමාණය පිළිබඳව ඔබ කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

19. (F 6.3) ඔබ කොතරම් දුරට තමා පිළිබඳව සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

20. (F 13.3) ඔබගේ අන්‍යෝන්‍ය සම්බන්ධතා පිළිබඳව කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙන්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

21. (F 15.3) ඔබගේ ලිංගික ජීවිතය පිළිබඳව කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

22. (F 14.4) ඔබගේ මිතුරන්ගෙන් ලැබෙන සහයෝගය පිළිබඳව කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත් විය හැකි ද?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

23. (F 17.3) ඔබ ජීවත් වන ස්ථානයේ ස්වභාවය හා තත්වයන් පිළිබඳව කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

24. (F 19.3) සෞඛ්‍ය සේවාවන් ලබා ගැනීම සඳහා ඇති ඉඩ ප්‍රස්ථා පිළිබඳව කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

25. (F 23.3) ඔබගේ ප්‍රවාහන පහසුකම් පිළිබඳව කොතරම් දුරට සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?

කොහෙත්ම නැත	සුළු වශයෙන්	තරමක් දුරට	බෝහෝ දුරට	ඉතාමත් හොඳින්
1	2	3	4	5

26. (F 8.1) ඔබ නිතර නිතර කනස්සල්ල, මානසික අවපාත, තැනිගැන්ම(සංකාව) බලාපොරොත්තු රහිත බව වැනි පරාජිත හැඟීම් ඇතිවන්නේ ද?

කොහෙත්ම නැත	කලාතුරකින්	ඇතැම්විට	බොහෝ විට	සෑමවිටම
1	2	3	4	5