

Studijų gerovės apklausa (UWES-S) ©

Žemiau pateikiama 17 klausimų apie tai, kaip jaučiatės studijuodami. Atidžiai perskaitykite kiekvieną teiginį ir nuspręskite, ar studijuojant jums būdinga tokia savijauta. Jeigu taip nesijaučiate niekada, įrašykite eilutėje prie teiginio „0“ (nulį). Jei jums tokia savijauta būdinga, pažymėkite atitinkamą skaičių nuo 1 iki 6, kaip dažnai taip jaučiatės.

	Beveik niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Labai dažnai	Visada
0	1	2	3	4	5	6
Niekada	Kelis kartus per metus ar rečiau	Kartą per mėnesį ar rečiau	Kelis kartus per mėnesį	Kartą per savaitę	Kelis kartus per savaitę	Kasdien

- _____ Atlikdamas studijų užduotis jaučiuosi kupinas energijos.
- _____ Aš manau, jog mano studijos yra prasmingos bei turinčios tikslą.
- _____ Kai mokausi, laikas prabėga nepastebimai.
- _____ Jaučiuosi žvalus ir pajėgus, kai mokausi ar būnu paskaitose.
- _____ Studijuoju su entuziazmu.
- _____ Studijuodamas pamirštu viską, kas dedasi aplink mane.
- _____ Mano studijos mane įkvepia.
- _____ Atsikėlus ryte norisi eiti į paskaitas.
- _____ Jaučiuosi laimingas, kai intensyviai mokausi.
- _____ Didžiuojuosi savo studijomis.
- _____ Esu visiškai pasinėręs į savo studijas.
- _____ Aš galiu labai ilgai mokytis, nedarydamas pertraukų.
- _____ Mano studijos įdomios, reikalaujančios pastangų.
- _____ Besimokydamas atitrūkstu nuo kitų minčių.
- _____ Studijuodamas pasižymiu psichine ištverme ir stabilumu.
- _____ Man sunku atsitraukti nuo mokymosi.
- _____ Studijuodamas visuomet būnu atkaklus, net jei kyla sunkumų.