

# BHS

Datum: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Dob: \_\_\_\_\_ Spol: \_\_\_\_\_

Ovo je upitnik od 20 tvrdnji. Molimo vas da pažljivo pročitate jednu po jednu. Ako tvrdnja opisuje vaš stav u toku prošlog tjedna, uključujući današnji dan, zaokružite odgovor **T** (tačno), a ukoliko tvrdnja ne opisuje vaš stav, zaokružite odgovor **N** (netočno) u stupcu s desne strane. Pazite da pažljivo pročitate **svaku** tvrdnju.

- |  |   |   |
|--|---|---|
| 1. Na budućnost gledam s nadom i entuzijazmom.   | T | N |
| 2. Bolje da odustanem jer ionako ne mogu ništa učiniti da popravim svoju situaciju.                          | T | N |
| 3. Kad stvari idu loše pomaže mi saznanje da to ne može trajati zauvijek.                                    | T | N |
| 4. Ne mogu zamisliti kako će mi život izgledati za deset godina.   | T | N |
| 5. Imam dovoljno vremena da završim stvari koje bih htio/htjela.   | T | N |
| 6. Očekujem da ću uspješno riješiti ono što me sada najviše zabrinjava.                                      | T | N |
| 7. Budućnost mi se čini mračna.  | T | N |
| 8. Ja sam osobito sretna osoba i očekujem da mi se u životu dogodi više dobrih stvari nego prosječnoj osobi. | T | N |
| 9. Naprosto ne mogu uhvatiti predah i ne vidim razloga da ga uhvatim i u budućnosti.                         | T | N |
| 10. Prošla su me iskustva dobro pripremila za budućnost.   | T | N |
| 11. Sve što vidim pred sobom više je neugodno nego ugodno.   | T | N |
| 12. Ne očekujem da ću dobiti ono što zaista želim.   | T | N |
| 13. Kad gledam u budućnost, očekujem da ću biti sretniji/sretnija nego što sam sada.                         | T | N |
| 14. Stvari naprosto ne idu onako kako bih ja htio/htjela).   | T | N |
| 15. Imam veliku vjeru u budućnost.   | T | N |
| 16. Nikad ne dobijem ono što želim, tako da je glupo uopće nešto htjeti.                                     | T | N |
| 17. Gotovo je nevjerovatno da ću doživjeti ikakva prava zadovoljstva u budućnosti.                           | T | N |
| 18. Budućnost mi se čini maglovita i nesigurna.  | T | N |
| 19. Očekujem više boljih nego loših vremena.   | T | N |
| 20. Uopće nema smisla truditi se da nešto postignem jer mi ionako to vjerovatno ne bi uspjelo.               | T | N |