

## UPITNIK ZA SAMOPROCJENU MENTALNOG ZDRAVLJA – DJECA I MLADI

Pažljivo pročitaj navedene tvrdnje i zaokruži broj koji označava koliko se navedena tvrdnja odnosi na tebe.

0 – uopće se ne odnosi na mene

1 – djelomično se odnosi na mene

2 – u potpunosti se odnosi na mene

1.	Dobro mi ide u školi/na fakultetu.	0	1	2
2.	Uglavnom se osjećam sretno.	0	1	2
3.	Imam prijatelje/ice s kojima se volim družiti.	0	1	2
4.	Ponekad odem negdje drugdje umjesto u školu/na predavanje	0	1	2
5.	Uvijek rado podijelim svoje stvari s drugom djecom/kolegama.	0	1	2
6.	Volim učiti nove stvari.	0	1	2
7.	Puno plačem.	0	1	2
8.	Dobro se slažem s članovima moje obitelji i međusobno si pomažemo.	0	1	2
9.	Dogodi se da se potučem s nekim.	0	1	2
10.	Tješim članove obitelji ili prijatelje kada su tužni.	0	1	2
11.	Zadovoljan/na sam svojim životom.	0	1	2



HRVATSKI ZAVOD  
ZA ZAPOSŁJAVANJE



Ministarstvo  
zdravstva



[www.esf.hr](http://www.esf.hr)

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.

12.	Ima dana kada mi se ne da ustati iz kreveta.	0	1	2
13.	Više volim provoditi vrijeme sam/a nego u društvu vršnjaka.	0	1	2
14.	Radim neke stvari iako su mi roditelji/učitelj(ica) rekli da ne smijem.	0	1	2
15.	Rado pomažem drugima (članovima obitelji, prijateljima, učiteljima...).	0	1	2
16.	Često me boli trbuh i(li) glava.	0	1	2
17.	Većinu vremena mi je dosadno.	0	1	2
18.	Osjećam da pripadam svom razredu/društvu.	0	1	2
19.	Kradem stvari (iz kuće, škole/fakulteta, dućana ili drugdje).	0	1	2
20.	Bavim se nekom fizičkom aktivnošću ili sportom (npr. šetnja, vožnja biciklom, ples, trčanje, nogomet, odbojka...).	0	1	2
21.	Bojim se puno stvari.	0	1	2
22.	Vršnjaci znaju biti bezobrazni prema meni i zadirivati me.	0	1	2
23.	Redovito pišem zadaću.	0	1	2
24.	Imam osjećaj da ništa ne radim kako treba.	0	1	2
25.	Često sam zabrinut/a oko nečega.	0	1	2
26.	Bolje se slažem s odraslima nego s vršnjacima.	0	1	2
27.	Dogodi se da nešto namjerno pokidam ili razbijem.	0	1	2