

# Das Glücksthermometer

Lassen Sie bei allen folgenden Fragen die Temperatur so hoch ansteigen, wie es Ihrer Antwort entspricht:

Trifft in hohem Maße zu = 7

Trifft kaum zu = 1

1. Im Allgemeinen halte ich mich für:

sehr glücklich

nicht besonders glücklich

2. Im Vergleich zu anderen finde ich mich:

glücklicher

weniger glücklich

3. Manche Menschen sind offenbar glücklich und genießen die guten Dinge des Lebens. Wie weit trifft diese Beschreibung auf Sie zu?

voll und ganz

gar nicht

4. Manche Menschen scheinen eher unglücklich, deprimiert und nie in guter Verfassung zu sein. Wie weit trifft diese Beschreibung auf Sie zu:

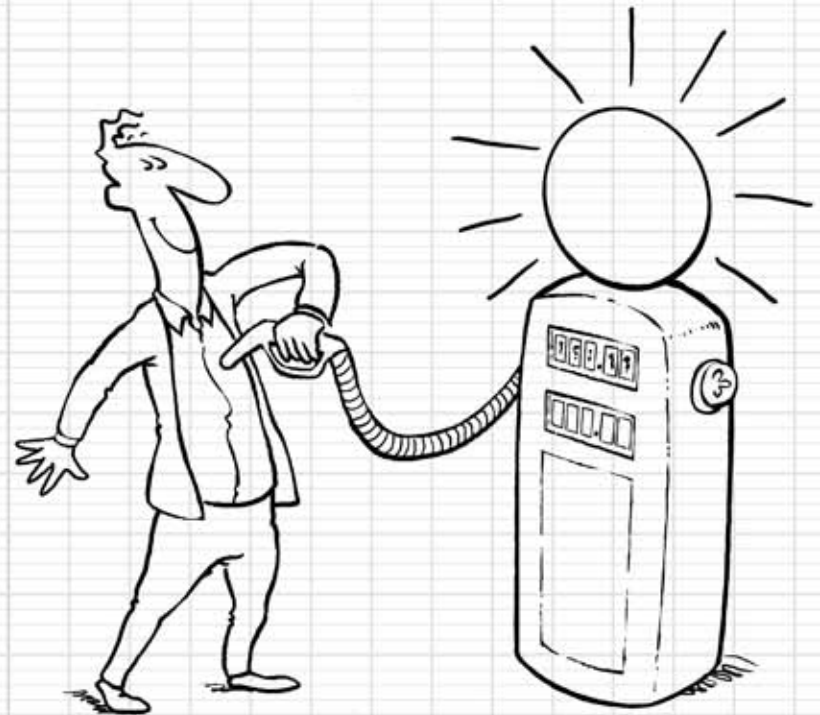
gar nicht

voll und ganz



Rechnen Sie die Punktzahl Ihrer Antworten zusammen und ermitteln Sie den Durchschnitt. Als Anhaltspunkt: Der Durchschnitt der Menschen liegt etwa im Bereich zwischen 4,5 und 5,5.

Wiederholen Sie den Test regelmäßig, um zu sehen, welche Glücksschritte Sie machen.



»Einmal Glück volltanken, bitte!«