

## **SCARA GRADULUI DE SEVIRITATE A OBOSELEI**

În timpul săptămânii trecute, am constatat că:	Complet disacord			Nici de acord, nici disacord		Complet de acord	
	1	2	3	4	5	6	7
1. Motivația mea este mai mică atunci când sunt obosit	1	2	3	4	5	6	7
2. Exercițiul aduce la oboseală	1	2	3	4	5	6	7
3. Sunt ușor obosit.	1	2	3	4	5	6	7
4. Oboseala interferează cu funcționalitatea mea fizică	1	2	3	4	5	6	7
5. Oboseala îmi cauzează probleme frecvente.	1	2	3	4	5	6	7
6. Oboseala mea previne susținerea funcționalității fizice.	1	2	3	4	5	6	7
7. Oboseala interferează cu efectuarea unor sarcini și responsabilități.	1	2	3	4	5	6	7
8. Oboseala este unul dintre cele mai dese trei simptome te face inapt de muncă.	1	2	3	4	5	6	7
9. Oboseala interferează cu munca mea, familia sau viața socială.	1	2	3	4	5	6	7