

*Elektronisches Supplement 1. Lebenskompetenz-Fragebogen mit 18 Items und 6 Dimensionen.*

Nr.	Frage	Dimension
1.	Ich erlebe positive Gefühle in meinem Leben	Wohlbefinden
2.	Ich habe ein angenehmes Leben	
3.	Ich fühle mich glücklich	
4.	Ich besitze innere Stärke und Widerstandsfähigkeit	Selbstregulation
5.	Ich kann mich balancieren und ausgleichen	
6.	Ich kann mich entspannen und innerlich loslassen	
7.	Ich gehe in meinen Aktivitäten auf	Engagement
8.	Ich identifiziere mich mit dem was ich tue	
9.	Ich führe ein engagiertes Leben	
10.	Ich bin ein bewusst lebender Mensch	Sinnerleben
11.	Ich empfinde Sinn in meinem Leben	
12.	Glaube, Religion oder Werte geben mir Kraft	
13.	Ich erreiche meine Ziele	Selbstwirksamkeit
14.	Ich kann etwas bewirken	
15.	Ich bin erfolgreich in meinem Leben	
16.	Ich erfahre menschliche Unterstützung im Leben	Sozialkontakte
17.	Ich habe gute enge Beziehungen (Partner, Familie, Freunde)	
18.	Ich habe Zeit für befriedigende Kontakte	