

PERMA-Profiler Korean Translation
Eunbit Hwang Masters Thesis, University of Pennsylvania, 2014

English version

PERMA-Profiler (0-10 scale)

1. In general, to what extent do you lead a purposeful and meaningful life?
2. How much of the time do you feel you are making progress towards accomplishing your goals?
3. How often do you become absorbed in what you are doing?
4. In general, how would you say your health is?
5. In general, how often do you feel joyful?
6. To what extent do you receive help and support from others when you need it?
7. In general, how often do you feel anxious?
8. How often do you achieve the important goals you have set for yourself?
9. In general, to what extent do you feel that what you do in your life is valuable and worthwhile?
10. In general, how often do you feel positive?
11. In general, to what extent do you feel excited and interested in things?
12. How lonely do you feel in your daily life?
13. How satisfied are you with your current physical health?
14. In general, how often do you feel angry?
15. To what extent do you feel loved?
16. How often are you able to handle your responsibilities?
17. To what extent do you feel you have a sense of direction in your life?
18. Compared to others of your same age and sex, how is your health?
19. How satisfied are you with your personal relationships?
20. In general, how often do you feel sad?
21. How often do you lose track of time while doing something you enjoy?
22. In general, to what extent do you feel contented?
23. Taking all things together, how happy would you say you are?

Korean version

PERMA-Profilers (0-10 scale)

1. 당신은 대체적으로 얼마나 삶의 목적과 의미가 풍성한 인생을 살고 있습니까?
2. 당신의 목표들을 이루기 위해 발전하고 있다고 얼마나 자주 느끼니까?
3. 당신은 얼마나 자주 당신이 하는 활동에 몰두합니까?
4. 당신의 건강상태는 대체적으로 어떻습니까?
5. 당신은 얼마나 자주 기쁨을 느끼니까?
6. 당신은 도움이 필요할 때 다른 사람으로부터 얼마나 도움과 응원을 받습니까?
7. 당신은 얼마나 자주 불안감을 느끼니까?
8. 당신은 스스로 세운 중요한 목표들을 얼마나 성취합니까?
9. 당신은 인생을 살면서 당신이 하는 일들이 얼마나 소중하고 가치 있다고 느끼니까?
10. 당신은 얼마나 자주 긍정적인 감정들을 느끼니까?
11. 당신은 대체적으로 얼마나 자주 신이 나고 흥미로움을 느끼니까?
12. 당신은 일상생활에서 얼마나 자주 외로움을 느끼니까?
13. 당신은 현재 건강상태에 얼마나 만족합니까?
14. 당신은 얼마나 자주 분노를 느끼니까?
15. 당신은 얼마나 사랑 받고 있다고 느끼니까?
16. 당신은 맡은 책임을 얼마나 자주 수행해 낼 수 있습니까?
17. 당신의 인생이 어느 한 목적을 향해 달려가고 있다고 느끼니까?
18. 당신과 같은 성별의 또래에 비해, 당신의 건강상태는 어떻습니까?
19. 현재 당신의 대인관계에 얼마나 만족하십니까?
20. 당신은 얼마나 자주 슬픔을 느끼니까?
21. 좋아하는 일을 할 때, 시간이 가는 줄 모를만큼 몰입할 때가 얼마나 자주 있습니까?
22. 당신은 대체적으로 당신의 인생에 얼마나 만족합니까?
23. 모든 것을 고려했을 때, 당신은 얼마나 행복하십니까?