
Ordlista med PIADS-termer

- 1 **Kompetens** Förmåga att utföra livsnödvändiga saker på ett bra sätt
- 2 **Känsla av lycka** Att vara glad, tillfreds; nöjd med livet
- 3 **Oberoende** Att inte vara beroende av, eller alltid behöva hjälp från, någon eller något
- 4 **Förmåga att räcka till** Förmåga att klara av livssituationer och hantera mindre kriser
- 5 **Förvirring** Oförmåga att tänka klart och handla beslutsamt
- 6 **Effektivitet** Att effektivt hantera vardagliga uppgifter
- 7 **Självkänsla** Hur du upplever och uppskattar dig själv som person
- 8 **Förmåga att vara produktiv** Förmåga att få fler saker gjorda på en dag
- 9 **Trygghet** Att känna dig trygg istället för sårbar och osäker
- 10 **Frustration** Att bli upprörd över att inte kunna nå dina mål eller uppfylla dina önskemål; att känna sig besviken
- 11 **Att vara till nytta** Nyttig för dig själv och andra; att få saker och ting gjorda
- 12 **Självförtroende** Självförtroende; förmåga att lita till dig själv och din egen förmåga
- 13 **Kunnighet** Kunskaper inom ett visst område eller yrke
- 14 **Skicklighet** Förmåga att visa upp vad du kan; att utföra givna uppgifter väl
- 15 **Välbefinnande** Att må bra; vara optimistisk om livet och framtiden
- 16 **Känsla av att vara kapabel** Handlingsförmåga, att vara kapabel att reda sig själv; förmåga att klara av saker
- 17 **Livskvalitet** Hur bra ditt liv är
- 18 **Prestationsförmåga** Förmåga att visa vad du kan
- 19 **Känsla av inre styrka** Känsla av att ha inflytande och påverkan på ditt eget liv
- 20 **Känsla av kontroll** En känsla av att kunna utföra vad som krävs i din livsmiljö
- 21 **Känsla av pinsamhet** Att känna sig förlägen eller skämmas, obehagskänsla
- 22 **Vilja till chanstagande** Vilja att ta risker; att anta nya utmaningar
- 23 **Förmåga att delta** Förmåga att delta i aktiviteter tillsammans med andra människor
- 24 **Vilja att pröva nya saker** Att vara djärv och öppen för nya erfarenheter

25 Förmåga att hantera vardagsuppgifter Förmåga att anpassa sig till förändringar i vardagen;
förmåga att lära sig klara av vardagsuppgifter

26 Förmåga att ta vara på möjligheter Förmåga att handla snabbt och med självförtroende när det
finns möjlighet att förbättra något i livet