

Naam _____

Geslacht jongen meisje

Geboortedatum _____ - _____ - _____

Invuldatum _____ - _____ - _____

Toelichting

Hierna volgen 14 vragen over hoe jij met dingen omgaat. Wil je per vraag het cijfer omcirkelen wat het beste bij jou past?

Deze cijfers hebben de volgende betekenis:

1. "Zeer mee oneens"
2. "Mee oneens"
3. "Niet mee oneens, niet mee eens"
4. "Mee eens"
5. "Zeer mee eens"

Bijvoorbeeld:

"Ik maak me niet snel druk"

ZEER MEE ONEENS	MEE ONEENS	NIET MEE ONEENS, NIET MEE EENS	MEE EENS	ZEER MEE EENS
1	2	3	4	5

Omcirkel voor elke uitspraak het antwoord dat volgens jou het meest van toepassing is. Denk niet te lang na, je eerste indruk is meestal de beste. **Er zijn geen goede of foute antwoorden mogelijk.** Als je denkt een vergissing gemaakt te hebben, dan zet je een kruis door dat antwoord en omcirkel je alsnog het juiste antwoord. Wil je **alle** uitspraken beantwoorden?

	ZEER MEE ONEENS	MEE ONEENS	NIET MEE ONEENS, NIET MEE EENS	MEE EENS	ZEER MEE EENS
1. Ik ben erg tevreden over hoe de dingen lopen	1	2	3	4	5
2. Ik heb mezelf heel goed onder controle	1	2	3	4	5
3. Ik maak me niet snel druk	1	2	3	4	5
4. Ik heb mijn leven zeer goed in de hand	1	2	3	4	5
5. Ik ga heel gemakkelijk met problemen om	1	2	3	4	5
6. Als er iets mis is pak ik de draad altijd heel gemakkelijk op	1	2	3	4	5
7. Ik sta volledig achter de keuzes die ik maak	1	2	3	4	5
8. Ik heb heel veel vertrouwen in de toekomst	1	2	3	4	5
9. Ik grijp direct in als er moeilijkheden zijn	1	2	3	4	5
10. Ik ben zeer goed in staat om voor mijn eigen belangen op te komen	1	2	3	4	5
11. Ik neem snel zelf initiatief	1	2	3	4	5
12. Ik verander dingen als ik dat nodig vind	1	2	3	4	5
13. Ik vecht altijd voor zaken die ik echt belangrijk vind	1	2	3	4	5
14. Ik maak gebruik van raad of steun uit mijn omgeving	1	2	3	4	5