

Evaluatievragenlijst Interpersoonlijke Steun – Algemene Populatie

Deze schaal is opgebouwd uit een lijst van beweringen die voor jou waar of onwaar kunnen zijn. Kruis voor elke bewering 'zeker waar' aan als je zeker bent dat het waar is voor jou en 'waarschijnlijk waar' als je denkt dat het waar is maar je niet absoluut zeker bent.

Op dezelfde manier, zou je 'zeker onwaar' moeten aankruisen als je zeker bent dat de bewering onwaar is en 'waarschijnlijk onwaar' als je denkt dat het onwaar is, maar je niet absoluut zeker bent.

1. Er zijn verschillende mensen die ik vertrouw om mijn problemen te helpen oplossen.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

2. Als ik hulp zou nodig hebben om een toestel te herstellen of om mijn wagen te repareren, dan is er iemand die me zou helpen.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

3. De meeste van mijn vrienden zijn interessanter dan ik.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

4. Er is iemand die trots is op mijn prestaties.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

5. Als ik me eenzaam voel, zijn er meerdere mensen met wie ik kan praten.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

6. Er is niemand bij wie ik me op mijn gemak voel om te praten over intieme persoonlijke problemen.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

7. Ik ontmoet of praat vaak met familie of vrienden.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

8. De meeste mensen die ik ken hebben een hoge dunk van mij.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

9. Als ik zeer vroeg in de ochtend een lift nodig zou hebben naar het vliegveld, dan zou ik het moeilijk hebben iemand te vinden om erheen te voeren.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

21. Als ik op een namiddag beslis dat ik 's avonds graag naar de film zou gaan, dan zou ik gemakkelijk iemand kunnen vinden om met me mee te gaan.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
22. Wanneer ik suggesties nodig heb over hoe ik met een persoonlijk probleem moet omgaan, ken ik iemand tot wie ik me kan wenden.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
23. Als ik dringend 100 euro wil lenen, dan zou ik dit van iemand (vriend, familielid of kennis) kunnen krijgen.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
24. Over het algemeen hebben de mensen niet veel vertrouwen in mij.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
25. De meeste mensen die ik ken genieten niet van dezelfde dingen als ik.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
26. Er is iemand tot wie ik me kan wenden voor advies in verband met carrièreplanning of veranderen van job.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
27. Ik word niet vaak uitgenodigd om dingen te doen met anderen.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
28. De meeste van mijn vrienden zijn meer succesvol om dingen te veranderen in hun leven dan ik.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
29. Als ik weg zou gaan voor enkele weken, dan zou het moeilijk zijn om iemand te vinden die voor mijn huis of appartement (de planten, huisdieren, tuin, enz.) zou willen zorgen.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
30. Er is echt niemand die ik kan vertrouwen om me goed financieel advies te geven.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
31. Als ik zou willen lunchen met iemand, zou ik gemakkelijk iemand vinden om me te vergezellen.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar
32. Ik ben meer tevreden met mijn leven dan de meeste mensen zijn met het hunne.
- zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

33. Als ik op 10 kilometer van mijn huis zou beland zijn, dan is er iemand die ik zou kunnen bellen om me te komen halen.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

34. Niemand die ik ken zou een verjaardagsfeestje voor mij organiseren.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

35. Het zou moeilijk zijn om iemand te vinden die me zijn auto (of fiets) zou willen lenen voor enkele uren.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

36. Als er een familiecrisis zou ontstaan, zou het moeilijk zijn om iemand te vinden die me goede raad zou kunnen geven over hoe ermee om te gaan.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

37. Ik sta dicht bij mijn vrienden dan de meeste mensen bij hun vrienden.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

38. Er is tenminste één persoon die ik ken wiens advies ik echt vertrouw.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

39. Als ik wat hulp nodig zou hebben om te verhuizen naar een nieuw huis of appartement, zou ik het moeilijk hebben om iemand te vinden om me te helpen.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

40. Ik heb het moeilijk om vrede te bewaren met mijn vrienden.

zeker onwaar waarschijnlijk onwaar waarschijnlijk waar zeker waar

Aanvullende vraag:

Bij het invullen van bovenstaande vragenlijst, dacht ik vooral aan de steun die ik krijg van volgende mensen

:

1. _____ relatie: _____

2. _____ relatie: _____

3. _____ relatie: _____

4. _____ relatie: _____

5. _____ relatie: _____