

Weerbaarheidsmeting volwassenen – herzien 5 punt schaal

In welke mate zijn de volgende beweringen op u van toepassing?
Er zijn geen goede of foute antwoorden.

		In het geheel niet	Een beetje	Enigszins	Nogal	Veel
1	Ik kan goed opschieten met de mensen om me heen					
2	Het verkrijgen en verbeteren van mijn kwaliteiten of vaardigheden is belangrijk voor mij					
3	Ik weet hoe ik me moet gedragen in verschillende situaties (zoals op het werk, thuis of op andere openbare plaatsen)					
4	Mijn familie steunt mij					
5	Mijn familie weet veel over mij (bijvoorbeeld wie mijn vrienden zijn, wat ik leuk vind om te doen)					
6	Als ik honger heb, kan ik gewoonlijk genoeg te eten krijgen					
7	Mensen vinden het leuk om tijd met mij door te brengen					
8	Ik praat met mijn familie/partner over hoe ik me voel (bijvoorbeeld wanneer ik verdrietig ben of me zorgen maak)					

In welke mate zijn de volgende beweringen op u van toepassing?
Er zijn geen goede of foute antwoorden.

		In het geheel niet	Een beetje	Enigszins	Nogal	Veel
9	Ik voel me gesteund door mijn vrienden					
10	Ik voel me thuis in mijn gemeenschap					
11	Mijn familie/partner staat me bij als ik het moeilijk heb (bijvoorbeeld wanneer ik ziek ben of problemen heb)					
12	Mijn vrienden geven om mij als ik het moeilijk heb (bijvoorbeeld wanneer ik ziek ben of problemen heb)					
13	Ik word eerlijk behandeld door mijn gemeenschap					
14	Ik heb de gelegenheid om anderen te laten zien dat ik verantwoordelijk kan handelen					
15	Ik voel me veilig wanneer ik bij mijn familie/partner ben					
16	Ik heb kansen om mijn talenten te gebruiken (zoals het toepassen van vaardigheden, een baan om in te werken, of zorgen voor anderen)					
17	Ik houd van de cultuur en de manier waarop mijn familie/partner dingen viert (zoals feestdagen of iets leren over mijn cultuur)					