

Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (WEMWBS)

Hieronder staan een aantal stellingen over gevoelens en gedachten.
Kies steeds het antwoord dat het best weergeeft hoe je de laatste twee weken hebt gevoeld.

	<i>Nooit</i>	<i>Zelden</i>	<i>Soms</i>	<i>Vaak</i>	<i>Altijd</i>
1. Ik was optimistisch over de toekomst	1	2	3	4	5
2. Ik voelde me nuttig	1	2	3	4	5
3. Ik voelde me ontspannen	1	2	3	4	5
4. Ik was geïnteresseerd in andere mensen	1	2	3	4	5
5. Ik had genoeg energie	1	2	3	4	5
6. Ik kon goed omgaan met problemen	1	2	3	4	5
7. Ik kon helder denken	1	2	3	4	5
8. Ik voelde me goed over mezelf	1	2	3	4	5
9. Ik voelde een hechte band met andere mensen	1	2	3	4	5
10. Ik voelde me zelfverzekerd	1	2	3	4	5
11. Ik kon zelfstandig beslissingen nemen	1	2	3	4	5
12. Ik voelde me geliefd	1	2	3	4	5
13. Ik was geïnteresseerd in nieuwe dingen	1	2	3	4	5
14. Ik voelde me vrolijk	1	2	3	4	5

Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale (WEMWBS) © University of Warwick 2006, all rights reserved.

Translation by Trimbos Institute, The Netherlands. Merel Haverman, Daniëlle Branderhorst & Linda Bolier (2010).