



Positieve Gezondheid Vragenlijst

Algemeen

De Positieve Gezondheid Vragenlijst (PGV) is een vragenlijst gericht op het in kaart brengen van de algemene gezondheid van een cliënt. De invalshoeken die gehanteerd worden zijn positieve psychologie en positieve gezondheid. Als we kijken naar de behandeling van mensen met psychische klachten, is er vanuit de stroming positieve psychologie steeds meer het besef dat het belangrijk is om je te richten op de dingen die goed gaan in iemands leven, in plaats van alleen te focussen op wat slecht gaat. Sterke kwaliteiten kunnen een persoon namelijk helpen om beter om te gaan met zijn of haar psychische klachten. Er wordt dus vooral gekeken naar wat mensen wél kunnen, in plaats van enkel naar hun klachten. De vragenlijst brengt in kaart op welke gebieden er nog winst te behalen valt voor de cliënt en belangrijker: op welke gebieden het goed gaat, zodat de cliënt aanknopingspunten heeft om verder aan de slag te gaan om zijn psychische klachten te verminderen. Als een cliënt bijvoorbeeld een hoge score behaalt op veerkracht, kan er samen bekeken worden wat iemand veerkrachtig maakt en hoe hij deze eigenschappen kan inzetten om zijn klachten te verminderen.

De PGV bevat zeven domeinen: 1) fysieke gezondheid, 2) mentale gezondheid, 3) zingeving, 4) kwaliteit van leven, 5) veerkracht, 6) dagelijks functioneren, en 7) oplossingsgerichtheid. Het domein fysieke gezondheid meet lichamelijke gezondheid en aandacht voor een gezonde levensstijl. Mentale gezondheid kijkt naar geestelijke gezondheid, zoals het vermogen om te concentreren of sociaal contact aan te gaan. Zingeving meet in hoeverre er aan de basisbehoeften van een persoon wordt voldaan (autonomie, competentie en verbondenheid), of de persoon leeft volgens zijn eigen waarden en participeert in de maatschappij. Kwaliteit van leven meet in hoeverre de cliënt tevreden is met zijn of haar leefomgeving en de mate van geluk die wordt ervaren. Veerkracht meet kwaliteiten die een persoon in staat stellen om een psychologisch evenwicht te behouden of te herwinnen bij confrontatie met een stressvolle gebeurtenis. Dagelijks functioneren meet of een persoon in staat is om bepaalde (dagelijkse) handelingen uit te voeren, zoals het huishouden en werken. Oplossingsgerichtheid meet adaptieve strategieën die iemand kan hanteren om met moeilijke situaties om te gaan.

Doelgroep

De PGV kan ingezet worden tijdens de behandeling/begeleiding van mensen met psychische klachten, zowel binnen de huisartsenzorg, generalistische basis ggz als specialistische ggz. Het instrument kan tevens ingezet worden bij mensen zonder psychische klachten, bijvoorbeeld binnen de somatiek (fysiotherapeuten en revalidatieartsen). De vragenlijst kan vanaf 16 jaar worden afgenomen.

Afname

De vragenlijst kan via het Embloom platform worden ingevuld. Het invullen duurt ongeveer 6 minuten.

Inhoud

De vragenlijst bestaat in totaal uit 35 vragen, met 5 vragen per domein (fysieke gezondheid, mentale gezondheid, zingeving, kwaliteit van leven, veerkracht, dagelijks functioneren, oplossingsgerichtheid). Er kan steeds gekozen worden uit vijf antwoordopties (helemaal mee eens, mee eens, neutraal, niet mee eens en helemaal niet mee eens).

Scoring

De vragen worden gescoord op een 5-puntsschaal lopend van “Helemaal mee eens = 5” tot “Helemaal niet mee eens = 1”. Er wordt vervolgens een totaalscore en een score per domein berekend. De totaalscore wordt berekend door de scores van alle vragen bij elkaar op te tellen. De domeinscore wordt berekend door de scores van de 5 vragen binnen het domein bij elkaar op te tellen.

Onderzoek

Doel van het onderzoek

In het onderzoek zijn twee doelen onderzocht. Ten eerste is onderzocht of de Positieve Gezondheid Vragenlijst onderscheid maakt tussen verschillende groepen cliënten. Onze verwachting was dat mensen met psychische en/of lichamelijke klachten lager scoren dan mensen zonder klachten. Ten tweede wilden wij een beeld krijgen van de gemiddelde scores op de PGV om zo tot normgegevens te komen. Zo kunnen hulpverleners de scores van hun cliënten duidelijker interpreteren.

Methoden

Deelnemers

De Positieve Gezondheid Vragenlijst is door 171 cliënten ingevuld. Hiervan hebben 147 mensen (86%) toestemming gegeven om hun gegevens te gebruiken voor wetenschappelijk onderzoek. Het gaat om een diverse groep cliënten, onder andere afkomstig van psychologie- en psychotherapiepraktijken, maar ook van organisaties voor coaching, werkgeluk en ziekteverzuim. Ongeveer 18% van hen gaf aan momenteel psychische klachten te ervaren en 17% rapporteerde lichamelijke klachten. Bijna 33% gaf aan zowel psychische als lichamelijke klachten te hebben en 32% rapporteerde geen klachten. De groep deelnemers bestond uit 90 vrouwen en 57 mannen. De leeftijden liepen uiteen van 18 jaar tot 76 jaar, met een gemiddelde van 42 jaar.

Statistische analyse

Om een goed beeld te krijgen van de scores werden verschillende beschrijvende statistieken bekeken. We hebben de gemiddelden, standaarddeviaties en kwartielen berekend van zowel de totaalscores als de zeven domeinen. Dit werd eerst gedaan voor de volledige steekproef en vervolgens voor een aantal subgroepen, namelijk alle mannen, alle vrouwen, mensen met psychische klachten, mensen met lichamelijke klachten, mensen met zowel psychische als lichamelijke klachten en mensen zonder klachten (op basis van zelfrapportage).

Resultaten

In bijlage 2 zijn alle resultaten weergegeven. Te zien is dat de totaalscores van mensen met klachten beduidend lager zijn dan die van mensen zonder klachten. Mensen met zowel psychische als lichamelijke klachten laten de laagste totaalscore zien ($M = 108.5$, $SD = 15.96$), terwijl mensen met enkel psychische klachten iets hoger scoren ($M = 116.1$, $SD = 15.26$). Dit verschil is net niet significant ($p = 0.06$). Mensen met enkel lichamelijke klachten scoren significant hoger dan mensen met enkel psychische klachten ($M = 132.0$, $SD = 15.81$, $p < 0.001$). Tenslotte scoren mensen die geen klachten rapporteren nog iets hoger, echter dit verschil is niet significant ($M = 139.2$, $SD = 18.86$, $p = 0.10$). De laagst scorende groep, met zowel psychische als lichamelijke klachten, scoort ruim 30 punten lager dan de groep zonder klachten ($p < 0.001$). Op schaalniveau is te zien dat de scores voor de domeinen 'fysieke gezondheid' en 'mentale gezondheid' grotendeels overeenkomen met de gerapporteerde klachten. Zo scoren mensen met psychische klachten vooral laag op het domein 'mentale gezondheid' ($M = 14.1$, $SD = 2.68$) en scoren mensen met psychische en lichamelijke klachten erg laag op zowel 'mentale gezondheid' ($M = 12.5$, $SD = 3.00$) als 'fysieke gezondheid' ($M = 14.0$, $SD = 2.48$). Opvallend is dat de scores van mensen met enkel lichamelijke klachten op het domein 'fysieke gezondheid' niet zo sterk verschillen van de totale steekproef ($M = 16.7$ vs. 17.1 , $SD = 3.08$ vs. 3.76). Als laatste is er een klein verschil te zien tussen de scores van mannen en die van vrouwen. Mannen scoren in onze steekproef gemiddeld iets hoger dan vrouwen ($M = 125.2$ vs. 121.6 , $SD = 21.53$ vs. 20.88). Dit verschil is echter niet significant ($p = 0.31$).

Discussie

Wij hebben in dit onderzoek onderzocht of de Positieve Gezondheid Vragenlijst onderscheid maakt tussen verschillende groepen cliënten. Hierbij was onze hypothese dat mensen met psychische en/of lichamelijke klachten lager scoren dan mensen zonder klachten. Deze hypothese lijkt door het onderzoek bevestigd te kunnen worden. Vooral psychische klachten, al dan niet in combinatie met lichamelijke klachten, lijken een sterke invloed te hebben op de ervaren gezondheid van mensen. Daarnaast hebben wij bekeken hoe mensen gemiddeld scoren op de PGV. Hiermee hebben we nu de beschikking over normgegevens (zie bijlage 3) voor de gehele populatie en subpopulaties. Door scores te vergelijken met die van andere mensen, wordt duidelijk of een cliënt hoog scoort op een bepaald domein of juist relatief laag. De sterke kwaliteiten kunnen vervolgens worden ingezet om beter om te gaan met de eigenschappen die minder sterk zijn. Een mogelijke beperking van huidig onderzoek is de kleine steekproefgrootte. De gerapporteerde statistieken zijn daarom enkel bedoeld als ondersteuning bij de interpretatie van scores. Er kunnen geen harde conclusies aan worden verbonden. Als vervolg op de eerste positieve resultaten is een toekomstig uitgebreider onderzoek met een grotere steekproef wenselijk. Mogelijke richtingen voor verder onderzoek zijn het vergelijken van de PGV met soortgelijke gevalideerde vragenlijsten (in het kader van convergente en divergente validiteit), het bekijken van de test-hertestbetrouwbaarheid en het vergelijken van de PGV met de inschattingen van de behandelaar.

Normen

Op basis van het onderzoek zijn er vier normgroepen vastgesteld, namelijk 1) mensen met enkel psychische klachten, 2) mensen met enkel lichamelijke klachten, 3) mensen met zowel psychische als lichamelijke klachten, en 4) mensen zonder klachten. Deze groepen zijn ingedeeld op basis van zelfrapportage. Ook kunnen de scores van de cliënt worden vergeleken met een algemene normgroep, gevormd door de gehele steekproef in het onderzoek. De normen zijn beschikbaar voor zowel de scores per domein als voor de totaalscores en zijn te vinden in bijlage 3.

De normgegevens zijn tot stand gekomen door voor elke groep de kwartielen te berekenen, waardoor de steekproef in vier gelijke delen wordt opgedeeld. Scores binnen Q1 (25% van de steekproef met de laagste scores) worden dan ook als 'laag' beschouwd. Scores binnen Q4 (25% van de steekproef met de hoogste scores) gelden als 'hoog'. Scores tussen binnen Q2 en Q3 krijgen het label 'gemiddeld'.

Literatuur

1. Huber, M., van Vliet, M., Giezenberg, M., et al. (2016). Towards a 'patient-centred' operationalisation of the new dynamic concept of health: a mixed methods study. *BMJ Open*, 5, 1-11.
2. Institute for Positive Health. 'Tools voor mijn positieve gezondheid'. Geraadpleegd op 9 april 2020 op: <https://iph.nl/tools/>.
3. Portzky, M., Wagnild, G., Bacquer, D. D. & Audenaert, K. (2010). Psychometric evaluation of the Dutch Resilience Scale RS-nl on 3265 healthy participants: A confirmation of the association between age and resilience found with the Swedish version. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 24, 86-92.
4. John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big-Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (Vol. 2, pp. 102-138). New York: Guilford Press.
5. Seligman, M. E. P., Park, N., & Peterson, C. (2004). The Values In Action (VIA) classification of character strengths. *Ricerche di Psicologia*, 27(1), 63-78.
6. Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association.
7. Hersenletsel-uitleg. 'Copingstrategie'. Geraadpleegd op 9 april 2020 op: <https://www.hersenletsel-uitleg.nl/ermee-omgaan/omgaan-met-verdriet/copingstrategie>.
8. World Health Organisation. 'The Structure of the WHOQOL-100'. *WHOQOL: Measuring Quality of Life*. Geraadpleegd op 9 april 2020 op: <http://www.who.int/healthinfo/survey/whoqol-qualityoflife/en/index4.html>

Bijlage 1: Positieve Gezondheid Vragenlijst (PGV)

Introductie

Deze vragenlijst is bedoeld om je gezondheid in kaart te brengen. Er wordt gekeken naar zeven onderwerpen die allemaal belangrijk zijn voor hoe je je voelt. We kijken naar je lichamelijke en mentale gezondheid, of je het leven als zinvol ervaart, je kwaliteit van leven, hoe veerkrachtig je als persoon bent, hoe jij dagelijks functioneert en hoe je moeilijke situaties oplost.

Je krijgt in de vragenlijst verschillende uitspraken te zien. Geef voor elke uitspraak aan in hoeverre je het ermee eens bent. Je kunt uit vijf antwoordopties kiezen: helemaal mee eens, mee eens, neutraal, niet mee eens en helemaal niet mee eens. Er zijn geen goede of foute antwoorden. Kies het antwoord dat het beste bij jou past.

Fysieke gezondheid

1. Ik voel mij gezond
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

2. Ik heb voldoende energie
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

3. Ik heb **geen** last van pijn of andere lichamelijke klachten
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

4. Ik besteed voldoende aandacht aan een gezonde levensstijl
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

5. Ik zorg goed voor mijn lichamelijke gezondheid, zoals naar de huisarts gaan als dat nodig is en regelmatig een tandarts bezoeken
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

Mentale gezondheid

6. Ik beweeg mij gemakkelijk in het sociaal contact met mensen
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

7. Ik kan mij goed concentreren
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

8. Ik slaap goed
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

9. Ik voel me opgewekt
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

10. Zorgen en piekergedachten staan mij **niet** in de weg
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

Zingeving

11. Ik heb mijn leven ingericht volgens de waarden die ik belangrijk vind
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

12. Ik voel dat ik erbij hoor in de maatschappij
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

13. Ik maak gebruik van mijn kwaliteiten
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

14. Ik voel mij verbonden met mensen
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

15. Ik ervaar mijn leven als zinvol
 - a. Helemaal mee eens
 - b. Mee eens
 - c. Neutraal
 - d. Niet mee eens
 - e. Helemaal niet mee eens

Kwaliteit van leven

16. Ik ben tevreden met mijn woonomgeving
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
17. Ik ervaar **geen** problemen door werk (betaalde baan, studie, vrijwilligerswerk, huishoudelijk werk)
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
18. Mijn inkomen is voldoende om van rond te komen
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
19. Ik voel mij veilig
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
20. Ik voel mij gelukkig
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens

Veerkracht

21. Het past bij mij als persoon dat ik geïnteresseerd ben in dingen
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
22. Het past bij mij als persoon dat ik de doelen bereik die ik mezelf stel
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
23. Ik kan weer goed terugveren na een moeilijke situatie of tijd
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
24. Bij moeilijkheden of uitdagingen zie ik mezelf als een sterk persoon
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
25. Ik accepteer mezelf zoals ik ben, met al mijn sterke en zwakke kanten
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens

Dagelijks functioneren

26. Ik kan goed voor mezelf zorgen
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
27. Ik kan dagelijkse taken goed uitvoeren, zoals boodschappen doen of een planning maken
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
28. Ik kan mijn woning op orde houden
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
29. Ik kan goed met geld omgaan
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
30. Ik presteer goed op mijn werk (betaalde baan, studie, vrijwilligerswerk, huishoudelijk werk)
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens

Oplossingsgerichtheid

31. In moeilijke situaties accepteer ik wat er gebeurt en wat het leven mij brengt
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
32. In moeilijke situaties zoek ik actief naar oplossingen voor mijn problemen
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
33. Ik vraag mensen om emotionele en/of praktische steun in moeilijke situaties
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
34. Ik spreek mezelf geruststellend toe in moeilijke situaties
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens
35. In moeilijke situaties uit ik mijn emoties op een passende manier
- Helemaal mee eens
 - Mee eens
 - Neutraal
 - Niet mee eens
 - Helemaal niet mee eens

Bijlage 2: Scoretabel

	Min	Q1	Q2	Q3	Max	M	SD
Totale steekproef (N = 147)							
Fysieke gezondheid	9	14	17	20	25	17.05	3.76
Mentale gezondheid	6	12	16	19	25	15.92	4.30
Zingeving	6	16	18	20	25	18.04	3.72
Kwaliteit van leven	6	16	19	21	25	18.49	3.74
Veerkracht	9	16	18	20	25	18.07	3.48
Dagelijks functioneren	8	17	20	22	25	19.34	3.45
Oplossingsgerichtheid	6	15	17	20	25	16.99	3.47
Totaalscore	74	107	123	139	175	123.90	21.27
Psychische klachten (N = 25)							
Fysieke gezondheid	11	14	18	21	23	17.76	3.53
Mentale gezondheid	9	12	14	16	20	14.08	2.68
Zingeving	10	15	16	18	21	16.44	2.95
Kwaliteit van leven	9	16	18	19	22	17.28	3.18
Veerkracht	11	15	17	20	22	16.88	2.95
Dagelijks functioneren	12	15	19	21	25	18.44	3.80
Oplossingsgerichtheid	10	13	15	18	19	15.20	2.69
Totaalscore	85	105	116	131	140	116.08	15.26
Lichamelijke klachten (N = 27)							
Fysieke gezondheid	12	15	16	19	22	16.67	3.08
Mentale gezondheid	12	16	18	20	25	17.89	3.04
Zingeving	12	18.5	20	21	25	19.59	2.86
Kwaliteit van leven	15	19	20	21.5	25	20.15	2.41
Veerkracht	13	18	20	21.5	24	19.56	2.79
Dagelijks functioneren	15	18	20	22	25	19.85	2.93
Oplossingsgerichtheid	11	16.5	19	20	22	18.26	2.71
Totaalscore	98	123	137	141	158	131.96	15.81
Psychische en lichamelijke klachten (N = 48)							
Fysieke gezondheid	9	12	14	15	21	14.00	2.48
Mentale gezondheid	8	10	12	15	20	12.54	3.00
Zingeving	6	14	16	18	23	16.06	3.56
Kwaliteit van leven	6	14	16.5	18.25	22	16.23	3.57
Veerkracht	9	14	16	18	23	16.15	3.05
Dagelijks functioneren	8	15	18	20	25	17.69	3.51
Oplossingsgerichtheid	6	14	16	18.25	22	15.83	3.40
Totaalscore	74	100	109	118.25	144	108.50	15.96
Geen klachten (N = 47)							
Fysieke gezondheid	13	18	20	21	25	20.00	2.80
Mentale gezondheid	6	18	20	21	25	19.21	3.67
Zingeving	11	18.5	20	22.5	25	20.02	3.29
Kwaliteit van leven	10	19	21	23	25	20.49	3.32
Veerkracht	11	18	20	22	25	19.83	3.31
Dagelijks functioneren	15	19.5	21	23	25	21.21	2.40
Oplossingsgerichtheid	8	16	19	20.5	25	18.40	3.82

Totaalscore	84	129.5	139	152.5	175	139.17	18.86
Mannen (N = 57)							
Fysieke gezondheid	11	16	18	21	25	17.86	4.40
Mentale gezondheid	8	14	17	20	25	16.48	4.77
Zingeving	6	16	19	21	25	18.10	4.54
Kwaliteit van leven	9	17	20	21	25	18.65	4.23
Veerkracht	10	17	19	21	25	18.72	3.26
Dagelijks functioneren	12	18	20	23	25	19.19	4.37
Oplossingsgerichtheid	7	14	17	20	25	16.58	4.33
Totaalscore	63	112	129	147	175	125.21	21.53
Vrouwen (N = 90)							
Fysieke gezondheid	9	13	16	19	25	16.15	3.99
Mentale gezondheid	6	12	15	19	25	15.21	4.53
Zingeving	8	15.25	18	20	25	17.77	3.61
Kwaliteit van leven	6	15.25	18.50	21	25	17.98	4.30
Veerkracht	9	15	18	20	25	17.67	3.57
Dagelijks functioneren	8	16.25	20	21	25	18.99	3.92
Oplossingsgerichtheid	6	15	18	20	25	16.92	3.87
Totaalscore	52	101.75	123.50	140	175	121.57	20.88

Bijlage 3: Normtabel

	Laag	Gemiddeld	Hoog
Algemeen			
Fysieke gezondheid	< 14	14 t/m 19	≥ 20
Mentale gezondheid	< 12	12 t/m 18	≥ 19
Zingeving	< 16	16 t/m 19	≥ 20
Kwaliteit van leven	< 16	16 t/m 20	≥ 21
Veerkracht	< 16	16 t/m 19	≥ 20
Dagelijks functioneren	< 17	17 t/m 21	≥ 22
Oplossingsgerichtheid	< 15	15 t/m 19	≥ 20
Totaalscore	< 107	107 t/m 138	≥ 139
Psychische klachten			
Fysieke gezondheid	< 14	14 t/m 20	≥ 21
Mentale gezondheid	< 12	12 t/m 15	≥ 16
Zingeving	< 15	15 t/m 17	≥ 18
Kwaliteit van leven	< 16	16 t/m 18	≥ 19
Veerkracht	< 15	15 t/m 19	≥ 20
Dagelijks functioneren	< 15	15 t/m 20	≥ 21
Oplossingsgerichtheid	< 13	13 t/m 17	≥ 18
Totaalscore	< 105	105 t/m 130	≥ 131
Lichamelijke klachten			
Fysieke gezondheid	< 15	15 t/m 18	≥ 19
Mentale gezondheid	< 16	16 t/m 19	≥ 20
Zingeving	< 18	18 t/m 20	≥ 21
Kwaliteit van leven	< 19	19 t/m 21	≥ 22
Veerkracht	< 18	18 t/m 21	≥ 22
Dagelijks functioneren	< 18	18 t/m 21	≥ 22
Oplossingsgerichtheid	< 17	17 t/m 19	≥ 20
Totaalscore	< 123	123 t/m 140	≥ 141
Psychische en lichamelijke klachten			
Fysieke gezondheid	< 12	12 t/m 14	≥ 15
Mentale gezondheid	< 10	10 t/m 14	≥ 15
Zingeving	< 14	14 t/m 17	≥ 18
Kwaliteit van leven	< 14	14 t/m 17	≥ 18
Veerkracht	< 14	14 t/m 17	≥ 18
Dagelijks functioneren	< 15	15 t/m 19	≥ 20
Oplossingsgerichtheid	< 14	14 t/m 17	≥ 18
Totaalscore	< 100	100 t/m 117	≥ 118
Geen klachten			
Fysieke gezondheid	< 18	18 t/m 20	≥ 21
Mentale gezondheid	< 18	18 t/m 20	≥ 21
Zingeving	< 19	19 t/m 22	≥ 23
Kwaliteit van leven	< 19	19 t/m 22	≥ 23
Veerkracht	< 18	18 t/m 21	≥ 22
Dagelijks functioneren	< 20	20 t/m 22	≥ 23
Oplossingsgerichtheid	< 16	16 t/m 20	≥ 21
Totaalscore	< 130	130 t/m 152	≥ 153