

# Onderzoek “Zorg op maat”

Vragenlijst voor deelnemers



Onderzoeksnummer:					
-------------------	--	--	--	--	--

Beste deelnemer,

De vragenlijst die voor u ligt bestaat uit verschillende onderdelen. De lijst bevat algemene vragen, vragen over uw welbevinden, uw gezondheid en uw sociale contacten en activiteiten.

We willen u erop wijzen dat er bij de meeste vragen naar uw **mening** wordt gevraagd. Er zijn dan ook geen goede of foute antwoorden. Het gaat telkens om uw eerste indruk, dus lang nadenken is niet nodig. Wanneer u twijfelt over het antwoord op een vraag, probeer dan het antwoord te geven dat het best van toepassing is.

U kunt uw antwoord aangeven door het vakje aan te kruisen. Bij de meeste vragen moet u slechts **één antwoord geven**. Indien u een man bent dan beantwoordt u de vraag 'Bent u een man of een vrouw?' dus als volgt:

- man
- vrouw

Als u zich heeft vergist bij het aankruisen, zet u een streep door het antwoord dat u verkeerd heeft aangekruist en vult u alsnog het antwoord van uw keuze in. Dus als volgt:

- ~~man~~
- vrouw

Wij danken u alvast hartelijk voor uw medewerking!

Vragen kunt u altijd richten aan:

**Laura Weiss**

*Promovenda Universiteit Twente*

E-mail: l.weiss@utwente.nl

Tel.: 053 - 489 2388/ 074 - 8500 251

Mobiel: 06 147 57 509

## Deel 1: Algemene vragen

1 Datum waarop u de lijst invult:

*Dag*                      *Maand*                      *Jaar*

		-			-				
--	--	---	--	--	---	--	--	--	--

2 Uw woonplaats: .....

3 Bent u een man of een vrouw?

- Man  
 Vrouw

4 Wat is uw geboortedatum?

*Dag*                      *Maand*                      *Jaar*

		-			-				
--	--	---	--	--	---	--	--	--	--

5 Wat is uw burgerlijke staat?

- Gehuwd of geregistreerd partnerschap  
 Gescheiden  
 Weduwe/weduwenaar  
 Ongehuwd en nooit gehuwd geweest

6 Hoeveel kinderen heeft u? .....

7 Wat is uw woonsituatie?

- Alleenstaand  
 Samenwonend met partner  
 Samenwonend met partner en kinderen  
 Alleenstaand met kinderen  
 Anders, namelijk .....

8 Wat is uw culturele achtergrond?

- Nederlands  
 Surinaams  
 Antilliaans  
 Indonesisch  
 Turks  
 Marokkaans  
 Duits  
 Gemengd, namelijk .....
- Anders, namelijk .....

- 9 Wat is de hoogste opleiding die u hebt afgerond?**
- Geen onderwijs afgerond
  - Lagere school, basisonderwijs
  - Lager beroepsonderwijs (VMBO-g, LBO, LTS, Ambachtsschool, Huishoudschool)
  - Middelbaar algemeen voortgezet onderwijs (VMBO-t, ULO, MULO, MAVO)
  - Hoger algemeen onderwijs (HAVO, VWO, HBS, Atheneum, Gymnasium, MMS)
  - Middelbaar beroepsonderwijs (MBO, bijv. MTS, MEAO, MHNO)
  - Hoger beroepsonderwijs (HBO)
  - Wetenschappelijk onderwijs (WO)
  - Anders, namelijk .....

- 10 Welke van de volgende omschrijvingen geeft uw belangrijkste dagelijkse activiteiten op dit moment het beste weer?**
- Betaalde baan of zelfstandig ondernemer
  - Met (vervroegd) pensioen
  - Eigen huishouden
  - Vrijwilligerswerk
  - (Langdurig) arbeidsongeschikt
  - Werkloos
  - Anders, nl.....

- 11 Wat is ongeveer het totale NETTO inkomen van het HUISHOUDEN waartoe u behoort?**
- Minder dan €1000 per maand
  - €1001 tot €1500 per maand
  - €1501 tot €2000 per maand
  - €2001 tot €2500 per maand
  - Meer dan €2500 per maand

- 12 Hoe is op dit moment de financiële situatie van uw huishouden?**
- moet schulden maken
  - kan rondkomen
  - kan een beetje geld overhouden
  - kan veel geld overhouden

- 13 Heeft u één of meerdere ziekten, beperkingen, handicaps of andere aandoeningen?**
- Nee
  - Ja, namelijk de volgende: .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

## Deel 2: Uw welbevinden

De volgende vragen beschrijven gevoelens die mensen kunnen hebben. Lees iedere uitspraak zorgvuldig door en zet een kruisje bij het cijfer dat het best weergeeft hoe vaak u dat gevoel had gedurende de afgelopen maand.

**In de afgelopen maand, hoe vaak had u het gevoel...**

	Nooit	Eén of twee keer per maand	Ongeveer 1 keer per week	2 of 3 keer per week	Bijna elke dag	Elke dag
1. ...dat u gelukkig was?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ...dat u geïnteresseerd was in het leven?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ...dat u tevreden was?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ...dat u iets belangrijks hebt bijgedragen aan de samenleving?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ...dat u deel uitmaakte van een gemeenschap (zoals een sociale groep, uw buurt, uw stad)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ...dat onze samenleving beter wordt voor mensen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ...dat mensen in principe goed zijn?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ...dat u begrijpt hoe onze maatschappij werkt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ...dat u de meeste aspecten van uw persoonlijkheid graag mocht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ...dat u goed kon omgaan met uw alledaagse verantwoordelijkheden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. ...dat u warme en vertrouwde relaties met anderen had?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ...dat u werd uitgedaagd om te groeien of een beter mens te worden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ...dat u zelfverzekerd uw eigen ideeën en meningen gedacht en geuit hebt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. ...dat uw leven een richting of zin heeft?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Geef aan in welke mate u het eens bent met elk van de onderstaande stellingen.

	Helemaal niet mee eens	Niet mee eens	Neutraal	Mee eens	Helemaal mee eens
1. Ik heb de neiging om snel terug te veren na moeilijke tijden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ik vind het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ik heb niet veel tijd nodig om van een stressvolle gebeurtenis te herstellen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Het is moeilijk voor mij om verder te gaan als er iets vervelends gebeurt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ik heb meestal weinig moeite om door moeilijke tijden heen te komen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ik heb de neiging veel tijd te nemen om over tegenslagen in mijn leven heen te komen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ik voel dat mijn leven een richting en een doel heeft.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Mijn dagelijkse activiteiten lijken mij vaak onbeduidend en onbelangrijk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Ik heb geen duidelijk gevoel over wat ik probeer te bereiken in het leven.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Ik geniet ervan om plannen te maken en te werken aan de realisering ervan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Sommige mensen gaan doelloos door het leven, maar ik niet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Zet een kruisje bij de uitspraak die het beste uw gevoel of gedrag van de afgelopen week weergeeft.

**Tijdens de afgelopen week:**

	Zelden of nooit (minder dan 1 dag)	Soms of weinig (1-2 dagen)	Regelmatig (3-4 dagen)	Meestal of altijd (5-7 dagen)
1. Stoorde ik me aan dingen, die me gewoonlijk niet storen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Had ik geen zin in eten, was mijn eetlust slecht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Bleef ik maar in de put zitten, zelfs als familie of vrienden probeerden me er uit te halen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Voelde ik me even veel waard als ieder ander.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Had ik moeite mijn gedachten bij mijn bezigheden te houden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Voelde ik me gedeprimeerd.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Had ik het gevoel dat alles wat ik deed me moeite kostte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Had ik goede hoop voor de toekomst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Vond ik mijn leven een mislukking.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Voelde ik me bang.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Sliep ik onrustig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Was ik gelukkig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Praatte ik minder dan gewoonlijk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Voelde ik me eenzaam.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Waren de mensen onaardig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Had ik plezier in het leven.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Had ik huilbuien.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Was ik treurig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Had ik het gevoel dat mensen me niet aardig vonden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Kon ik maar niet op gang komen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Deel 3: Uw gezondheid

### Gezondheidstoestand

Hieronder volgen telkens drie beweringen over een bepaald gezondheidsgebied. De bedoeling is dat u de bewering aankruist die het best past bij uw eigen gezondheidstoestand van **vandaag**. *Kies telkens één van de drie antwoorden.*

**1 Mobiliteit**

- Ik heb geen problemen met lopen.
- Ik heb enige problemen met lopen.
- Ik ben bedlegerig

**2 Zelfzorg**

- Ik heb geen problemen om mijzelf te wassen of aan te kleden.
- Ik heb enige problemen om mijzelf te wassen of aan te kleden.
- Ik ben niet in staat mijzelf te wassen of aan te kleden.

**3 Dagelijkse activiteiten** (bijvoorbeeld werk, studie, huishouden, gezins- en vrijetijdsactiviteiten)

- Ik heb geen problemen met mijn dagelijkse activiteiten.
- Ik heb enige problemen met mijn dagelijkse activiteiten.
- Ik ben niet in staat mijn dagelijkse activiteiten uit te voeren

**4 Pijn/klachten**

- Ik heb geen pijn of andere klachten.
- Ik heb matige pijn of andere klachten.
- Ik heb zeer ernstige pijn of andere klachten.

**5 Stemming**

- Ik ben niet angstig of somber.
- Ik ben matig angstig of somber.
- Ik ben erg angstig of somber.

**6 Gezondheid vandaag**

Welk rapportcijfer (van 0 – heel slecht, tot 10, heel goed) geeft u **vandaag** aan uw eigen gezondheidstoestand?

..... (cijfer)

**7 Geneesmiddelengebruik**

Hebt u in de **afgelopen 2 weken** medicijnen tegen somberheid, angst, spanning of tegen slaapproblemen gebruikt?

- Nee
- Ja, namelijk *(geef hier de naam van de medicatie aan):*

.....

.....

.....

.....



## Zorggebruik

De volgende vragen gaan over uw zorggebruik. Wij zijn geïnteresseerd in het aantal keren dat u in de **afgelopen 4 weken** gebruik heeft gemaakt van voorzieningen in de gezondheidszorg.

Hebt u in de <b>afgelopen 4 weken</b> contact gehad met:	Nee	Zo ja, hoeveel keer?
1a Huisarts, 10 minuten of korter	<input type="checkbox"/>	..... keer
1b Huisarts, langer dan 10 minuten	<input type="checkbox"/>	..... keer
1c Huisarts, thuisbezoek	<input type="checkbox"/>	..... keer
2 Bedrijfsarts of ARBO arts	<input type="checkbox"/>	..... keer
3 Maatschappelijk werker	<input type="checkbox"/>	..... keer
4 Fysiotherapeut	<input type="checkbox"/>	..... keer
5 Psychiater, psycholoog of psychotherapeut	<input type="checkbox"/>	..... keer
6 Medisch specialist op een polikliniek van een ziekenhuis	<input type="checkbox"/>	..... keer
7 iets anders, nl.: .....	<input type="checkbox"/>	..... keer

## Overige hulp

De volgende vragen gaan de hulp die u ontvangen heeft in **de afgelopen vier weken**.

Hebt u in de <b>afgelopen 4 weken</b> hulp gehad van:	Nee	Zo ja, hoeveel keer of hoeveel uren?
1. Thuiszorg	<input type="checkbox"/>	..... uren
2. Alfahulp (bijv. gezinsverzorging)	<input type="checkbox"/>	..... uren
3. Alternatieve genezer (bijv. homeopaat, acupuncturist)	<input type="checkbox"/>	..... keer
4. Zelfhulpgroep (bijv. praatgroep van patiëntenvereniging)	<input type="checkbox"/>	..... keer
5. Hulp van familie of vrienden	<input type="checkbox"/>	..... uren
6. Hulp van anderen, nl.: .....	<input type="checkbox"/>	..... uren

## Deel 4: Uw sociale contacten en activiteiten

### Sociale contacten

Wilt u van elk van de volgende uitspraken aangeven in hoeverre die op u van toepassing is, zoals u de laatste tijd bent? Kruis het antwoord aan dat op u van toepassing is.

	Helemaal niet mee eens	Niet mee eens	Neutraal	Mee eens	Helemaal mee eens
1. Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ik mis een echt goede vriend of vriendin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ik ervaar een leegte om me heen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ik mis gezelligheid om me heen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Ik mis mensen om me heen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Vaak voel ik me in de steek gelaten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Wanneer ik daar behoefte aan heb kan ik altijd bij mijn vrienden terecht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De volgende vraag gaat over uw ontmoetingen, telefonische en schriftelijke contacten. Hoe vaak hebt u contact met...

	Minstens één keer per week	Twee keer per maand	Eén keer per maand	Minder dan één keer per maand	Zelden of nooit
1. Eén of meer familieleden die niet bij u in huis wonen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Vrienden, vriendinnen of echt goede kennissen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Buren en buurtbewoners?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Activiteiten

Welke van de volgende zaken en activiteiten waren de afgelopen vier weken op u van toepassing?

	Nee	Ja, namelijk
1. Betaald werk	<input type="checkbox"/>	.....
2. Vrijwilligerswerk	<input type="checkbox"/>	.....
3. Studie of opleiding	<input type="checkbox"/>	.....
4. Hulp aan mensen geven buiten uw huishouden (zoals aan zieken, burens, familie, vrienden of bekenden)	<input type="checkbox"/>	..... .....
5. Oppassen op kinderen buiten uw huishouden	<input type="checkbox"/>	.....
6. Actief in kerk, moskee of synagoge	<input type="checkbox"/>	.....
7. Actief in vereniging, club of organisatie (zoals sport, hobby, koor, wijk, vakbond, partij)	<input type="checkbox"/>	..... .....

In welke mate hebben uw lichamelijke gezondheid of uw emotionele problemen u de laatste maand belemmerd...

	Helemaal niet	Vrijwel niet	Een beetje	Tamelijk veel	Heel erg veel
1....in uw sociale activiteiten, zoals vrienden of bekenden bezoeken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2....in uw werk, bijvoorbeeld in uw baan, het huishouden of uw vrijwilligerswerk?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1.) Hoeveel tijd brengt u gemiddeld op een gewone dag buitenshuis door?

..... uur

2.) Hoeveel dagen in de week brengt u doorgaans de hele dag thuis door, afgezien van een boodschap of kleine wandeling?

..... dagen

U bent klaar met het invullen van de vragenlijst.  
Zou u nog een keer willen nagaan of u echt alle vragen heeft ingevuld?

Dat is voor ons erg belangrijk.

HARTELIJK DANK!