

**Vragenlijst 0Q45 pag 1**

Lees elke vraag goed door en geef het getal aan dat het beste bij je huidige situatie past.

In deze vragenlijst wordt onder 'werk' verstaan: een baan, je bedrijf, school, huishoudelijk werk, vrijwilligerswerk.

De cijfers staan voor: 0 = nooit 1 = zelden 2 = soms 3 = vaak 4 = bijna altijd

cliënt(e) \_\_\_\_\_

datum \_\_\_\_\_

		Nooit	Soms	Zelden	Vaak	Bijna altijd
1	Ik kan goed met anderen overweg.	0	1	2	3	4
2	Ik word gauw moe.	0	1	2	3	4
3	Ik ben nergens in geïnteresseerd.	0	1	2	3	4
4	Ik sta onder stress op het werk / op school.	0	1	2	3	4
5	Ik geef mezelf overal de schuld van.	0	1	2	3	4
6	Ik ben geïrriteerd.	0	1	2	3	4
7	Ik ben ongelukkig in mijn huwelijk / relatie.	0	1	2	3	4
8	Ik denk erover om een einde aan mijn leven te maken.	0	1	2	3	4
9	Ik voel me zwak.	0	1	2	3	4
10	Ik ben angstig.	0	1	2	3	4
11	Na zwaar gedronken te hebben, moet ik de volgende morgen weer drinken om op gang te komen. (Als je niet drinkt, "Nooit" aangeven)	0	1	2	3	4
12	Ik vind bevrediging in mijn school / werk.	0	1	2	3	4
13	Ik ben een tevreden mens.	0	1	2	3	4
14	Ik werk / studeer te veel.	0	1	2	3	4
15	Ik heb het gevoel dat ik waardeloos ben.	0	1	2	3	4
16	Ik maak me zorgen over problemen in mijn familie.	0	1	2	3	4
17	Ik heb een onbevredigd seksleven.	0	1	2	3	4
18	Ik voel me eenzaam.	0	1	2	3	4
19	Ik heb vaak ruzie.	0	1	2	3	4
20	Ik voel me bemind en welkom.	0	1	2	3	4
21	Ik geniet van mijn vrije tijd.	0	1	2	3	4
22	Ik vind het moeilijk om me te concentreren.	0	1	2	3	4
23	Ik voel me hopeloos over de toekomst.	0	1	2	3	4

## Vragenlijst OQ45 pag 2

Lees elke vraag goed door en geef het getal aan dat het beste bij je huidige situatie past.

In deze vragenlijst wordt onder 'werk' verstaan: een baan, je bedrijf, school, huishoudelijk werk, vrijwilligerswerk.

De cijfers staan voor: 0 = nooit 1 = zelden 2 = soms 3 = vaak 4 = bijna altijd

cliënt(e) \_\_\_\_\_

datum \_\_\_\_\_

		Nooit	Soms	Zelden	Vaak	Bijna altijd
24	Ik waardeer mezelf.	0	1	2	3	4
25	Er komen verontrustende gedachten in mij op die ik niet kwijt kan raken.	0	1	2	3	4
26	Ik erger me aan mensen die kritiek hebben op mijn drinken (of drugsgebruik). (Indien niet van toepassing, "Nooit" aangeven)	0	1	2	3	4
27	Ik heb last van mijn maag.	0	1	2	3	4
28	Ik werk / studeer niet zo hard als vroeger.	0	1	2	3	4
29	Mijn hart bonst te veel.	0	1	2	3	4
30	Ik vind het moeilijk om met vrienden en goede kennissen om te gaan.	0	1	2	3	4
31	Ik ben tevreden met mijn leven.	0	1	2	3	4
32	Ik heb moeilijkheden om het werk / op school door mijn drinken (of drugsgebruik). (Indien niet van toepassing, "Nooit" aangeven.)	0	1	2	3	4
33	Ik heb het gevoel dat er iets ergs gaat gebeuren.	0	1	2	3	4
34	Ik heb spierpijn.	0	1	2	3	4
35	Ik ben bang voor open ruimten, autorijden, of in de bus, trein enz. rijden.	0	1	2	3	4
36	Ik ben nerveus.	0	1	2	3	4
37	Ik vind dat de relatie met mijn naasten (bijv. ouders, partner, kinderen, vrienden) goed is.	0	1	2	3	4
38	Ik heb het gevoel dat het niet goed gaat met mijn werk / schoolwerk.	0	1	2	3	4
39	Ik heb te veel meningsverschillen op het werk / op school.	0	1	2	3	4
40	Ik heb het gevoel dat er iets mis is met mijn verstand / geest.	0	1	2	3	4
41	Ik kan moeilijk in slaap vallen of doorslapen.	0	1	2	3	4
42	Ik voel me neerslachtig.	0	1	2	3	4
43	Ik ben tevreden met mijn relaties met anderen.	0	1	2	3	4
44	Ik ben zo kwaad op het werk / op school dat ik iets kan doen waarvan ik spijt zou kunnen krijgen.	0	1	2	3	4
45	Ik lijd aan hoofdpijn.	0	1	2	3	4