**Need for controllability and predictability questionnaire - Dutch version**

**Instructie**: Geef voor elk van de volgende vragen aan hoe kenmerkend de betreffende uitspraak voor u is, door het juiste nummer te omcirkelen. Er zijn geen goede of foute antwoorden.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Niet kenmerkend |  | Enigszins kenmerkend |  | Erg kenmerkend |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. Ik hou er niet van om controle over mijn leven te verliezen 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Ik weet graag wat me te wachten staat 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Ik plan graag alles op voorhand, zodat ik niet voor |  |  |  |  |
| onverwachte verrassingen kom te staan 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Ik vind het nodig mijn omgeving te beheersen 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Als de dingen niet lopen zoals gepland, voel ik me |  |  |  |  |
| ongemakkelijk 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Ik wil vat hebben op wat rond mij gebeurt 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Ik heb graag controle over de dingen die om me heen |  |  |  |  |
| gebeuren 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Ik word onrustig als ik controle verlies 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Ik wil greep hebben op de situatie waarin ik me bevind 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Als ik niet kan voorspellen wat er gaat gebeuren, voel ik |  |  |  |  |
| me angstig. 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Ik moet weten wat er me te wachten staat, anders voel ik |  |  |  |  |
| me ongemakkelijk 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Onzekerheid over de toekomst geeft me een slecht gevoel. 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. Ik heb graag controle over mijn leven 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. Ik weet graag wat er gaat gebeuren 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. Ik heb nood aan controle. 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |