

FLOURISHING SCALE

Hieronder staan 8 stellingen waarmee u het eens of oneens kunt zijn. Geef op onderstaande schaal van 1 tot 7 aan in hoeverre u het eens bent met iedere stelling.

1. Sterk mee oneens
2. Mee oneens
3. Een beetje mee oneens
4. Niet mee eens, niet mee oneens
5. Een beetje mee eens
6. Mee eens
7. Sterk mee eens

- Ik leid een doelbewust en zinvol leven.
- Mijn sociale relaties geven steun en voldoening.
- Ik ben betrokken en geïnteresseerd in mijn dagelijkse activiteiten.
- Ik draag actief bij aan het geluk van anderen.
- Ik ben competent en bekwaam in de activiteiten die belangrijk voor me zijn.
- Ik ben een goed mens en leef een goed leven.
- Ik ben optimistisch over mijn toekomst.
- Mensen respecteren me.

References

- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143–156.
<https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Schotanus-Dijkstra, M., Ten Klooster, P. M., Drossaert, C. H. C., Pieterse, M. E., Bolier, L., Walburg, J. A., & Bohlmeijer, E. T. (2016). Validation of the Flourishing Scale in a sample of people with suboptimal levels of mental well-being. *BMC Psychology*, 4(1), 12. <https://doi.org/10.1186/s40359-016-0116-5>