



50209

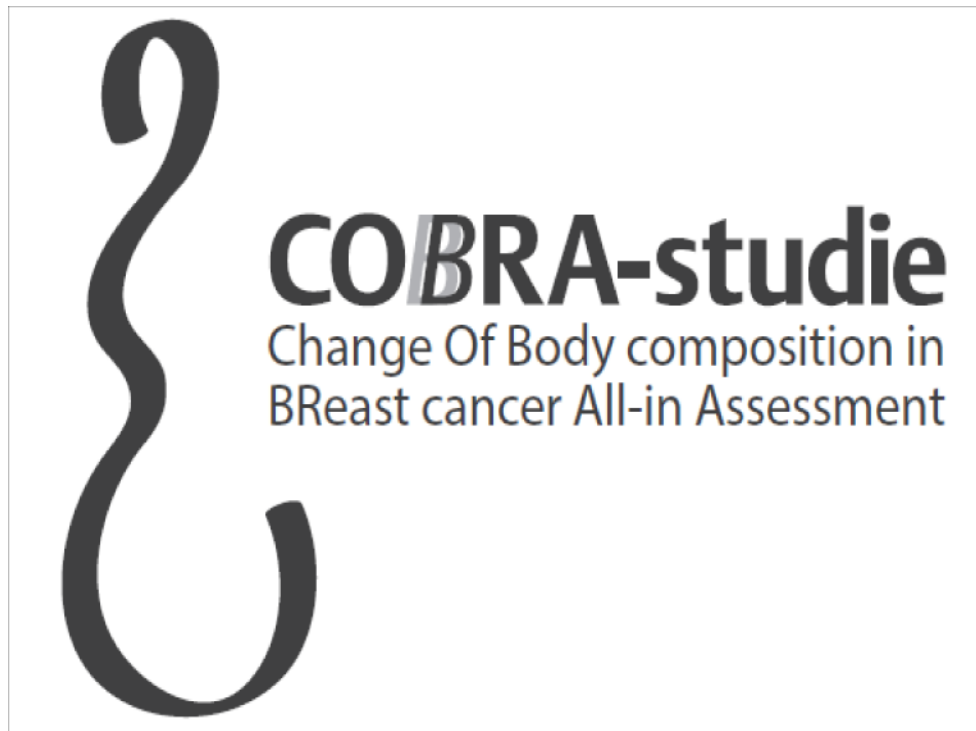
d

Respondentnummer:

1	1	5	0	8
---	---	---	---	---



COBRA-studie



Vragenlijst naar angst en somberheid





50209

1 1 5 0 8

Vragenlijst naar angst en somberheid HADS

COBRA-studie

Deze vragenlijst bestaat uit 14 vragen die gaan over hoe u zich gedurende de afgelopen week heeft gevoeld. Wilt u alle vragen zelf beantwoorden door het hokje in te kleuren dat het meest op u van toepassing is. Als u per ongeluk het verkeerde hokje inkleurt kunt u dit veranderen door het hokje wat fout is te doorkruisen. Er zijn geen "juiste" of "onjuiste" antwoorden. De informatie die u geeft zal strikt vertrouwelijk worden behandeld.

Geboortedatum / / 19Invuldatum / / 201

1. Ik voel me gespannen:
☐ bijna altijd
☐ vaak
☐ soms
☐ nooit
2. Ik geniet nog steeds van de dingen waar ik gewoonlijk van kon genieten:
☐ zeker zo veel
☐ wat minder
☐ duidelijk minder
☐ nauwelijks nog
3. Ik heb een angstig gevoel alsof er iets vreselijks gaat gebeuren:
☐ zeer zeker
☐ zeker
☐ een beetje
☐ helemaal niet
4. Ik kan lachen en de dingen van de vrolijke kant zien:
☐ net zoveel als gewoonlijk
☐ nu wat minder
☐ nu duidelijk minder
☐ helemaal niet meer
5. Ik maak me zorgen:
☐ heel vaak
☐ vaak
☐ niet zo vaak
☐ heel soms
6. Ik voel me opgewekt:
☐ nooit
☐ heel af en toe
☐ soms
☐ meestal

Wilt u a.u.b naar de volgende bladzijde gaan



50209

1	1	5	0	8
---	---	---	---	---

Vragenlijst naar angst en somberheid HADS*COBRA-studie*

7. Ik kan me ontspannen:
- ☐ altijd
 - ☐ meestal
 - ☐ af en toe
 - ☐ nooit
8. Ik heb het gevoel dat bij mij alles moeizamer gaat:
- ☐ bijna altijd
 - ☐ heel vaak
 - ☐ soms
 - ☐ nooit
9. Ik heb een angstig, gespannen gevoel in mijn buik:
- ☐ nooit
 - ☐ soms
 - ☐ vrij vaak
 - ☐ heel vaak
10. Het interesseert me niet meer hoe ik er uit zie:
- ☐ inderdaad, het interesseert me helemaal niet meer
 - ☐ ik besteed minder aandacht aan mijzelf dan ik zou moeten
 - ☐ ik besteed misschien iets minder aandacht aan mijzelf
 - ☐ ik besteed minstens net zoveel aandacht aan mijzelf als gewoonlijk
11. Ik voel me onrustig:
- ☐ inderdaad, zeer vaak
 - ☐ tamelijk vaak
 - ☐ soms
 - ☐ nooit
12. Ik kijk met plezier uit naar dingen:
- ☐ net zo veel als gewoonlijk
 - ☐ iets minder dan gewoonlijk
 - ☐ veel minder dan gewoonlijk
 - ☐ nauwelijks
13. Ik raak plotseling in paniek:
- ☐ inderdaad, zeer vaak
 - ☐ tamelijk vaak
 - ☐ soms
 - ☐ nooit
14. Ik kan genieten van een goed boek of een radio- of televisieprogramma:
- ☐ vaak
 - ☐ regelmatig
 - ☐ af en toe
 - ☐ zelden

Dit is het einde van deze vragenlijst. Bedankt voor uw medewerking



50209

1	1	5	0	8
---	---	---	---	---



Graag de vragenlijst in de bijgevoegde antwoordenvelop zonder postzegel terugsturen naar:

Wageningen Universiteit

Afdeling Humane Voeding (bode 62)

COBRA-studie

Antwoordnummer 30

6700 VB Wageningen

Vragen? Neem contact op:

T: 0317 – 485 172

E: cobra.studie@wur.nl

W: www.cobra-studie.nl

Dit deel niet invullen

Datum ontvangst:

		/			/	2	0	1	
--	--	---	--	--	---	---	---	---	--

