

Informatie over de vragenlijst

Wat meet de vragenlijst, waar gaan de vragen over en wat zegt de uitkomst?

Mijn Positieve Gezondheid (MPG)

De vragenlijst Mijn Positieve Gezondheid (MPG) meet zes gebieden van gezondheid en welzijn.

Er zijn meerdere versies beschikbaar:

- MPG-42: de originele vragenlijst voor volwassenen met 42 stellingen.
- PH-17: een verkorte versie voor volwassenen, ook geschikt voor onderzoek.
- Eenvoudige taal en beeldversie: voor mensen met lage gezondheidsvaardigheden.
- Versies voor kinderen (8–11 jaar) en jongeren (12–17 jaar), aangepast op taal en beleving.

Terugvraagperiode

De vragen hebben betrekking op het functioneren en welbevinden op dit moment.

Antwoordcategorieën en gebieden

De cliënt beantwoordt de stellingen op een 10-puntsschaal, lopend van klopt niet (0) tot klopt (10).

De vragenlijst bestaat uit zes gebieden:

1. Lichaamsfuncties
2. Mentaal welbevinden
3. Zingeving
4. Kwaliteit van leven
5. Meedoen
6. Dagelijks functioneren

Invultijd

De verwachte invultijd voor de cliënt is 10 minuten.

Voorbeelden van stellingen uit de vragenlijst

- Ik voel me lichamelijk gezond.
- Ik heb het gevoel dat wat ik doe zinvol is.
- Ik voel me gelukkig.
- Ik voel me erbij horen.
- Ik kan goed met mijn geld omgaan.

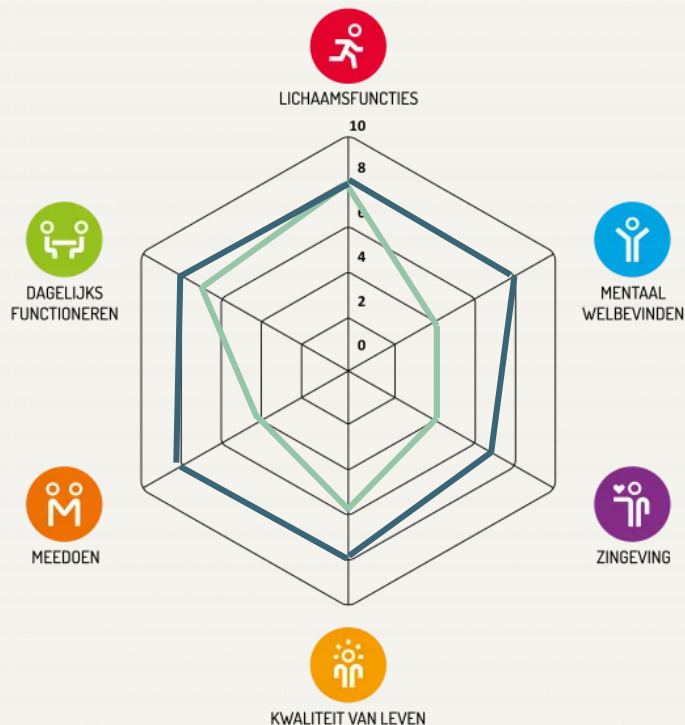
Interpreteren van de uitkomst

- Voor elk gebied wordt een gemiddelde score berekend.
- De scores worden in een spinnenwebdiagram getoond.
- Hoe hoger de score hoe positiever de gezondheid.
- Er is geen totaalscore.

Validatie

Er is alleen onderzoek gedaan naar de psychometrische eigenschappen van de verkorte versie (PH-17). Deze is wetenschappelijk gevalideerd en geschikt voor onderzoek en evaluatie.

MPG-42 Scores van Bart over de tijd



2024
2025

Voorbeeld:

De scores van Bart in 2025 laten een positievere ervaren gezondheid zien t.o.v. 2024.

Gespreksondersteuning

Hoe introduceer je de vragenlijst en hoe bespreek je de uitkomsten?

In het algemeen

- Door het invullen van de vragenlijst wordt jouw mening meegenomen.
- Het gaat over jouw ervaringen en de verandering die je voelt.
- Het is belangrijk om samen te kijken of de uitkomsten ook daadwerkelijk overeen komen met wat je voelt. Mede omdat het invullen van een vragenlijst een momentopname is.
- Denk ook na over wanneer het ‘goed genoeg’ is en je weer zelfstandig verder kunt.

De gebieden van de MPG

- De uitkomsten van de MPG worden weergegeven in een spinnenweb met zes levensgebieden. Hoe hoger de score, hoe beter je je voelt op dat gebied.
- De zes gebieden beïnvloeden elkaar vaak. *Bijvoorbeeld: beter slapen (lichamelijk) kan helpen om je rustiger te voelen (mentaal), of meer sociaal contact (meedoen) kan zorgen voor meer zingeving.*
- Samen kies je wat aandacht vraagt en wat een mogelijke eerste stap is. De MPG helpt zo om richting te geven aan wat iemand zelf wil veranderen of versterken.

Gespreksondersteuning bij de uitkomsten

Hieronder volgen enkele voorbeeldvragen die helpend zijn om het gesprek over de uitkomsten te voeren:

- We zien een verandering (of: geen of weinig verandering) ten opzichte van de vorige keer. Voel jij dat ook zo?
- Wat vind je van deze uitkomst?
- Kan je uitleggen waar dit mee te maken heeft?
- Wat heb je zelf gedaan?
- Heb je een idee waarom dit (niet) tot verandering heeft geleid?
- Zijn er andere aspecten die voor jou belangrijk zijn, waar we het over kunnen hebben?
- Hoe gaan we vanaf hier verder?

Aan het eind van het evaluatiegesprek, beslis je samen over de volgende stap:

- Doorgaan met de afgesproken behandeling.
- Bijstellen van de doelen of aanpak.
- Herzien van de diagnose.
- Andere hulpverlener(s) vragen om advies
- De zorg overdragen aan iemand anders.
- Afsluiten van de behandeling

Voor meer inspiratie:

- Gebruik de ‘[Online Evaluatieondersteuning](#)’
Vul hier samen de vragen in voor een evaluatieplan en tips
- Ga naar de pagina ‘[evalueren in de behandeling](#)’
Bekijk hier Webinar, interviews, literatuur, praktijkonderzoeken

