

POSITIEVE UITKOMSTEN LIJST (PUL)

Instructie:

Deze lijst is bedoeld om vast te stellen hoe goed het met u gaat. Wilt u bij de volgende vragen het antwoord omcirkelen dat het meest op u van toepassing is? Denkt u bij het antwoorden aan **de afgelopen twee weken!**

	helemaal niet	nee, nauwelijks	ja, redelijk	ja, helemaal
1. Ik heb voldoende draagkracht	1	2	3	4
2. Ik kan bij anderen terecht	1	2	3	4
3. Ik kan mijn gedachten goed ordenen	1	2	3	4
4. Ik weet wat ik wil	1	2	3	4
5. Ik heb de regie over mijn leven	1	2	3	4
6. Ik functioneer goed in sociale contacten	1	2	3	4
7. Ik heb inzicht in mezelf en mijn situatie	1	2	3	4
8. Ik ben tevreden over het aantal sociale contacten dat ik heb	1	2	3	4
9. Ik heb zelfvertrouwen	1	2	3	4
10. Ik voel me zelfstandig en onafhankelijk	1	2	3	4

Bedankt voor het invullen! Controleert u nog even of u alle vragen hebt beantwoord?