

Dutch Adaptation of the General Self-Efficacy Scale

Bart Teeuw, Ralf Schwarzer & Matthias Jerusalem, Berlin, Germany, 1994

Hieronder volgen twee vragen over hoe u in het algemeen denkt en doet.

1. Zou u aan willen geven in hoeverre u het oneens of eens bent met deze vragen.
2. Wilt u daartoe voor alle vragen het antwoord dat OP DIT MOMENT het meest van toepassing is op u aankruisen.

1 = volledig onjuist 2 = nauwelijks juist 3 = enigszins juist 4 = volledig juist

	1	2	3	4
1. Het lukt me altijd moeilijke problemen op te lossen, als ik er genoeg moeite voor doe	1	2	3	4
2. Als iemand mij tegenwerkt, vind ik toch manieren om te krijgen wat ik wil	1	2	3	4
3. Het is voor mij makkelijk om vast te houden aan mijn plannen en mijn doel te bereiken	1	2	3	4
4. Ik vertrouw erop dat ik onverwachte gebeurtenissen doeltreffend aanpak	1	2	3	4
5. Dankzij mijn vindingrijkheid weet ik hoe ik in onvoorziene situaties moet handelen	1	2	3	4
6. Ik kan de meeste problemen oplossen als ik er de nodige moeite voor doe	1	2	3	4
7. Ik blijf kalm als ik voor moeilijkheden kom te staan, omdat ik vertrouw op mijn vermogen om problemen op te lossen	1	2	3	4
8. Als ik geconfronteerd word met een probleem, heb ik meestal meerdere oplossingen	1	2	3	4
9. Als ik in een benarde situatie zit, weet ik meestal wat ik moet doen	1	2	3	4
10. Wat er ook gebeurt, ik kom er wel uit	1	2	3	4