

TEVREDENHEID MET HET LEVEN (TvL)¹

Deze schaal beoogt een idee te geven van uw tevredenheid met uw leven **op dit moment**. Pas als men weet wat goed gaat en wat minder, kan op zinvolle wijze verandering worden aangebracht.

Geef een score op ieder gebied die het beste uw tevredenheid op dat gebied aangeeft. Hoe hoger cijfer u geeft, hoe meer tevreden u bent. Het cijfer "1" geeft aan dat het leven absoluut niet slechter kan. Het cijfer "10" geeft aan dat het leven vandaag een absoluut hoogte punt heeft bereikt en dat het niet beter kan. Slechts zelden komen dergelijke extremen voor!

1. Wonen	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. Huishouden	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. Werk/opleiding	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. Financiën	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. Sociaal netwerk	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6. Sociale en recreatieve activiteiten	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7. Alcohol- en/of druggebruik	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8. Persoonlijke gewoonten	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9. Familie	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10. Emotioneel	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
11. Communicatie	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
12. Gezondheid	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
<i>Optioneel:</i>	
13. Relatie met partner	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
14. Seksualiteit	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
15. Kinderen	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
16. Spiritualiteit & Religie	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
17. Politie & Justitie	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
18.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
19. Algemeen	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Naam:

Geboortedatum:-.....-.....

Datum: - -

¹Items gebaseerd op Caroline Marijnissen-Bouten, Hendrik Roozen & Peter Greeven. Gedragstherapie Jaargang 50 Nummer 2 juni 2017