

**HET ONTWERPEN VAN EEN EMA-VRAGENLIJST VANUIT HET PERSPECTIEF
VAN BEHANDELAREN EN CLIËNTEN VAN THUBBLE OM WELBEVINDEN
DAGELIJKS EN DIGITAAL TE METEN BIJ MENSEN MET EEN MENTALE
STOORNIS: EEN MIXED METHODS STUDIE**

door

Jorim van der Ster

s2632381

Bachelor scriptie

Gezondheidswetenschappen

Faculteit Technische Natuurwetenschappen

Universiteit Twente

Juni 2024

Begeleid door: dr. Anne van Dongen, dr. Hanneke Kip

Extern begeleid door: dr. Farid Chakhssi, dr. Nadine Köhle

Voorwoord

Voor u ligt de bachelor thesis: ‘Het ontwerpen van een EMA-vragenlijst vanuit het perspectief van behandelaren en cliënten van Thubble om welbevinden dagelijks en digitaal te meten bij mensen met een mentale stoornis: een mixed methods studie’.

Ik heb met veel plezier dit onderzoek mogen doen, en het is een heel leerzame ervaring geweest. Ik hoop dat Thubble door dit onderzoek een stapje dichterbij het dagelijks meten van welbevinden kan komen.

Ik wil mijn begeleiders Anne van Dongen en Hanneke Kip bedanken voor de goede feedback, begeleiding en ondersteuning tijdens deze periode. Ook wil ik mijn medestudenten uit de afstudeerkring, Lukas Binnekamp en Han Hoefman bedanken voor de feedback die zij hebben gegeven. Tot slot wil ik Farid Chakhssi van Thubble bedanken voor het mogelijk maken van deze opdracht, zijn nuttige aanvullingen, en zijn bereidheid om behandelaren voor interviews te benaderen.

Ik wens u veel leesplezier toe,

Jorim van der Ster

Juni 2024

Samenvatting

Inleiding: Welbevinden speelt een belangrijke rol in de mentale balans van een individu. In de literatuur wordt onderscheid gemaakt tussen hedonisch en eudaimonisch welbevinden, waarbij voor elke benadering instrumenten zijn ontwikkeld om welbevinden te meten. Deze instrumenten zijn echter niet geschikt om welbevinden van dag tot dag te meten. Ecological momentary assessment kan gebruikt worden om welbevinden dagelijks meerdere keren te meten. Echter is in huidig EMA-onderzoek alleen een deel van het hedonische aspect van welbevinden gebruikt om welbevinden te meten, terwijl het andere deel van hedonisch welbevinden en eudaimonisch welbevinden mogelijk ook waarde toevoegen om welbevinden te meten. In dit onderzoek wordt gekeken naar het perspectief van behandelaren en cliënten van Thubble hoe een EMA-vragenlijst ontworpen kan worden zodat welbevinden dagelijks meerdere keren gemeten kan worden.

Methoden: Er is gebruik gemaakt van een mixed-methods onderzoek, waarbij een vragenlijst is uitgezet onder behandelaren en cliënten van Thubble, en er zijn semigestructureerde interviews afgenomen bij behandelaren van Thubble. De vragenlijst en interviews zijn opgesteld aan de hand van bestaande instrumenten die welbevinden meten, en items uit ander onderzoek. Negen respondenten hebben de vragenlijst ingevuld en er zijn vijf behandelaren geïnterviewd. De resultaten van de vragenlijst zijn geanalyseerd in Excel, en de interviews zijn eerst getranscribeerd, en toen in meerdere fasen gecodeerd.

Resultaten: Uit de resultaten blijkt dat behandelaren en cliënten van Thubble de voorkeur hebben om tussen de 1-6 vragen per keer te beantwoorden. Het blijkt ook dat behandelaren en cliënten van Thubble de meeste waarde zien in hedonische vragen over plezier en geluk, wanneer deze vragen meerdere keren per dag worden gesteld. Behandelaars zien ook waarde in hedonische vragen naar tevredenheid met het leven en eudaimonische vragen, maar geven aan dat het lastig is om deze aspecten dagelijks meerdere keren uit te vragen. Behandelaars en cliënten van Thubble blijken verschillende voorkeuren te hebben voor de schaal waarop welbevinden dagelijks meerdere keren goed te meten is.

Discussie: Volgens behandelaren en cliënten van Thubble vereist het creëren van EMA-vragenlijst om welbevinden dagelijks meerdere keren te meten een gepersonaliseerde aanpak. Verder onderzoek naar de personalisatie van vragen in EMA-vragenlijsten is nodig om deze gepersonaliseerde aanpak te verbeteren.

Inhoudsopgave

1. Inleiding	6
2. Methoden	10
2.1 Design	10
2.2 Participanten	10
2.3 Materialen	10
2.3.1 Vragenlijst	11
2.3.2 Interviews	11
2.4 Procedure	12
2.4.1 Vragenlijst	12
2.4.2 Interviews	12
2.5 Analyse	12
3. Resultaten	14
3.2 Vragenlijst	14
3.2.1 Aantal vragen per keer	14
3.2.2 Rangschikking hedonische vragen (plezier/geluk)	14
3.2.3 Rangschikking hedonische vragen (tevredenheid met het leven)	14
3.2.4 Rangschikking eudaimonische vragen	15
3.2.5 Rangschikking alle aspecten van welbevinden	16
3.2.6 Schaal	16
3.3 Interviews	17
3.3.1 Hoeveelheid vragen	17
3.3.2 Inhoud vragen	18
3.3.3 Meetbaarheid vragen	19
4. Discussie	20
4.1 Belangrijkste bevindingen	20
4.1.1 Formulering van vragen	20
4.1.2 Schaalgebruik	21
4.1.3 Personalisatie	22
5. Referenties	25
Bijlagen	28
Bijlage I: Vragenlijst	28
Bijlage II: Interviewschema	35
Bijlage III: Proefpersoneninformatieformulier (PIF) vragenlijst	39
Bijlage IV: Geïnfomeerde toestemmingsformulier vragenlijst	41
Bijlage V: Proefpersoneninformatieformulier (PIF) interview	42
Bijlage VI: Geïnfomeerde toestemmingsformulier interview	44

Bijlage VII: Codeboek	45
------------------------------------	-----------

1. Inleiding

Mentale problemen in de maatschappij nemen de afgelopen jaren aanzienlijk toe. Onderzoek van het Trimbos-instituut wees uit dat het aantal volwassenen met een psychische aandoening is gestegen van 17% in 2007-2009 naar 26% in 2019-2022 [1]. Daarbij kunnen mensen met mentale problemen niet altijd de zorg krijgen die zij nodig hebben. De Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd stelde in 2022 dat de wachtlijsten voor geestelijke gezondheidszorg te lang zijn: in 2022 stonden er 80.000 mensen op de wachtlijst voor geestelijke gezondheidszorg [2]. De lange wachtlijsten bij de geestelijke gezondheidszorg (ggz) zorgen ervoor dat er behoefte is aan nieuwe vormen van hulpverlening, zoals online hulpverlening. Online hulpverlening voor mentale problemen heeft als voordeel dat er korte wachttijden zijn en dat het laagdrempelig van aard is [3]. Een voorbeeld van online hulpverlening is Thubble. Thubble is een online platform met een digitale behandel-service, waar gewerkt wordt vanuit de positieve psychologie, omdat zij als missie hebben om mensen het maximale uit zichzelf te laten halen. Hierbij hebben ze een specifieke focus op mentaal in balans blijven, omdat zij geloven dat een individu dat mentaal in balans is, in staat is om met de ups en downs van het leven om te gaan [3].

Het concept ‘mentaal in balans’ kan uitgelegd worden aan de hand van het model van mentale gezondheid van Keyes. Keyes [4] stelt dat mentale gezondheid en mentale ziekte twee verschillende, maar gerelateerde continua zijn. Mentale balans is hierin niet alleen de afwezigheid van mentale ziekte, maar ook de aanwezigheid van mentale gezondheid, wat Keyes omschrijft als ‘bloei’. Er is sprake van ‘bloei’ als een individu een groot gevoel van emotioneel, fysiek en sociaal welbevinden heeft [4-5]. De aanwezigheid van ‘bloei’ in het leven van een individu heeft meerdere voordelen. Individuen die ‘bloeien’ hebben naast dat zij vaak een betere mentale gezondheid hebben dan individuen die niet ‘bloeien’ ook vaak een beter fysieke gezondheid [5]. Daarnaast wordt ‘bloeien’ ook geassocieerd met een beter psychosociaal functioneren, wat onder andere terug te zien is in hoe een individu omgaat met uitdagingen in het leven [5-6]. Een focus op ‘bloei’, en dus een betere mentale balans dragen dus bij aan een betere (online) behandeling. Er is echter nog niet veel bekend over hoe de mentale balans van een individu tijdens de behandeling gemeten kan worden.

In zijn model stelt Keyes [4] dat individuen die een groter gevoel van welbevinden hebben, een hogere kans hebben om te ‘bloeien’ en mentaal gezond te zijn en blijven. Welbevinden is volgens het model van Keyes [4] dus een belangrijke indicator van de mentale balans van een individu. In de literatuur zijn er verschillende benaderingen om welbevinden te definiëren. Er

wordt onderscheid gemaakt tussen hedonisch (ook wel subjectief) en eudaimonisch (ook wel psychologisch) welbevinden [7-9]. Binnen hedonisch/subjectief welbevinden zijn twee aspecten belangrijk: ten eerste, plezier en geluk, wat zich uit in de aanwezigheid van positieve emoties en de afwezigheid van negatieve emoties; en ten tweede, tevredenheid met het leven [8-11]. Bij eudaimonisch/psychologisch welbevinden wordt breder gekeken naar welbevinden. Hier ligt de nadruk op dat een individu het gevoel heeft dat het leven betekenis en een doel heeft, en dat daar succesvol naartoe gewerkt wordt [8-9]. De focus ligt op wat een individu denkt en doet, en niet zozeer op wat een individu voelt. Voor beide benaderingen van welbevinden zijn instrumenten ontwikkeld. Om hedonisch/subjectief welbevinden te meten, wordt onder andere de Satisfaction With Life Scale (SWLS) en de Positive And Negative Affect Schedule (PANAS) gebruikt [12-13]. De SWLS meet met vijf statements de tevredenheid met het leven van een individu op een 7-punts Likertschaal [12]. Bij de PANAS worden tien verschillende positieve gevoelens en tien verschillende negatieve gevoelens gemeten op elk een 5-punts Likertschaal. Hiermee kunnen de gevoelens en stemmingen van een individu op een bepaald moment gemeten worden [13]. Om eudaimonisch/psychologisch welbevinden te meten wordt de Psychological Wellbeing Scale gebruikt. Dit instrument bestaat uit zes onderdelen, namelijk zelfacceptatie, positieve relaties met anderen, autonomie, omgevingsmeesterschap, doel in het leven, persoonlijke groei [7]. Deze instrumenten blijken over een langere periode een goede manier om welbevinden te meten [14-15]. Echter is welbevinden een gevoel wat van dag tot dag kan verschillen en ook per context verschillend kan zijn [16-17]. Het kan dus voorkomen dat een individu over een langere tijd een stabiel gevoel van welbevinden heeft, maar dat er van dag tot dag grote verschillen zijn in de mate van welbevinden. Het is van belang om deze verschillen te kunnen meten, zodat de behandeling beter aangepast kan worden aan de cliënt [18].

Om de verschillen in welbevinden dagelijks meerdere keren te kunnen meten kan op smartphone gebaseerde ecological momentary assessment (EMA) gebruikt worden. Hierbij kunnen gebruikers via een app op hun smartphone dagelijks meerdere keren vragen over hun welbevinden beantwoorden [18]. De Vries et al. vonden dat het gebruik van een op smartphone gebaseerde ecological momentary assessment (EMA) effectief is bij het meten van verschillen in welbevinden van dag tot dag [18]. Echter bleek ook dat in het merendeel van de huidige EMA-studies slechts één vraag over plezier/geluk of andere terminologie om positieve gevoelens uit te drukken werd gebruikt. Slechts een deel van het hedonische/subjectieve deel van welbevinden werd dus gemeten in deze onderzoeken.

Tevredenheid met het leven (ook een deel van hedonisch/subjectief welbevinden) en het gehele eudaimonische deel van welbevinden is in huidige op smartphone gebaseerde EMA studies nog niet gemeten. De Vries et al. verwachten dat factoren zoals tevredenheid met het leven gemeten kunnen worden, omdat hier ook veranderingen in kunnen zitten. Eén onderzoek naar welbevinden gebruikte een geheel instrument om welbevinden te meten, namelijk de Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS) [19]. Dit instrument meet door middel van 14 vragen meerdere aspecten van welbevinden [20]. Het gebruik van een geheel instrument in dagelijkse vragen wordt echter afgeraden door De Vries et al. Het dagelijks meerdere keren beantwoorden van een groot aantal vragen brengt mogelijk een te grote last mee voor individuen die de vragenlijst invullen [18]. Het wordt hierom aangeraden om slechts een paar vragen over welbevinden te includeren [18]. Er blijkt dus nog onzekerheid over de hoeveelheid en de inhoud van vragen in een vragenlijst naar welbevinden die dagelijks meerdere keren wordt afgenomen. Het is daarom van waarde om te onderzoeken hoeveel en op welke manier vragen effectief welbevinden van dag tot dag kunnen meten

Om deze reden luidt de onderzoeksvraag als volgt: *“Hoe moet volgens het perspectief van behandelaren en cliënten van Thubble een EMA-vragenlijst worden ontworpen om effectief welbevinden dagelijks meerdere keren en digitaal te meten bij mensen met een mentale stoornis?”*

Bijbehorende deelvragen zijn:

- *“Hoe beoordelen behandelaren en cliënten van Thubble het aantal vragen dat per keer gesteld kan worden?”*
- *“Hoe beoordelen behandelaren en cliënten van Thubble de waarde van bestaande EMA-items en items uit vragenlijsten die verschillende aspecten van welbevinden meten?”*
- *Hoe beoordelen behandelaren en cliënten van Thubble de bereidheid om dagelijks meerdere keren bestaande EMA-items en items uit vragenlijsten die verschillende aspecten van welbevinden meten, te beantwoorden?*
- *“Hoe beoordelen behandelaren en cliënten van Thubble de waarde van verschillende schalen die gebruikt kunnen worden om welbevinden te meten?”*

Het antwoord op deze onderzoeksvraag en deelvragen zal Thubble helpen om hun cliënten beter inzicht te laten krijgen in hun welbevinden en mentale balans. Daarnaast biedt het nieuwe inzichten in hoe welbevinden in opvolgende EMA-studies gemeten kan worden.

2. Methoden

2.1 Design

Om een antwoord te vinden op de onderzoeksvraag hoe volgens het perspectief van behandelaren en cliënten van Thubble een EMA-vragenlijst ontworpen kan worden om welbevinden dagelijks en digitaal te meten bij mensen met een mentale ziekte is gebruik gemaakt van een mixed-methods onderzoek. Hierbij is een vragenlijst uitgezet bij behandelaren en cliënten van Thubble. Ook zijn er semigestructureerde interviews afgenomen bij behandelaren van Thubble. Voordat het onderzoek plaats vond is het voorgelegd en goedgekeurd door de Ethische Commissie van de faculteit Behavioural, Management and Social Sciences (BMS, nummer van aanvraag: 240283).

2.2 Participanten

Deelnemers konden meedoen aan de vragenlijst wanneer zij behandelaar of cliënt waren bij Thubble. Aan de interviews kon worden deelgenomen als men behandelaar was bij Thubble. De werving van deelnemers vond plaats door middel van voluntary sampling. Er werd een video opgenomen, waarin in een drie minuten durende pitch het doel van het onderzoek en de gezochte deelnemers duidelijk werden gemaakt. Deze video werd binnen Thubble verspreid waarna behandelaren konden beslissen of zij mee wilden doen aan het onderzoek. Ook konden zij hun cliënten vragen of zij de vragenlijst wilden invullen. De vragenlijst is door negen behandelaren/cliënten ingevuld. Daarnaast zijn er vijf behandelaren geïnterviewd. In zowel de vragenlijst als het interview zijn geen demografische gegevens uitgevraagd. Behandelaren konden ervoor kiezen om zowel de vragenlijst in te vullen als mee te doen aan een interview. Dit was echter geen voorwaarde voor deelname.

2.3 Materialen

De interviews en vragenlijst zijn opgesteld aan de hand van vragen uit verschillende bestaande instrumenten die elk een ander aspect van welbevinden meten. De Positive And Negative Affect Schedule (PANAS) en de Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS) zijn gebruikt voor vragen die het hedonische aspect van welbevinden, gefocust op plezier en geluk, meten [13,19]. De Satisfaction With Life Scale (SWLS) is gebruikt voor vragen die het hedonische aspect van welbevinden, gefocust op tevredenheid met het leven, meten [12]. De Psychological Wellbeing Scale is gebruikt voor vragen die het eudaimonische aspect van welbevinden meten [7]. Van elk instrument is een selectie van items gemaakt die mee werden genomen in de vragenlijst, om zo de lengte van de vragenlijst te kunnen beperken. Deze selectie is tot stand gekomen in overleg met begeleiders van de Universiteit

Twente en Thubble. Elk van de geselecteerde items is als dit nodig was aangepast zodat deze in dagelijkse context kon worden uitgevraagd. Naast deze instrumenten is de Experience Sampling Methodology (ESM) Item Repository geraadpleegd [21]. Hier zijn vragen te vinden die in eerder EMA onderzoek zijn gebruikt. Op basis van de bevindingen uit het eerste interview zijn enkele formuleringen van items uit de vragenlijst aangepast. Dit gebeurde voordat de vragenlijst verspreid werd.

2.3.1 Vragenlijst

De opgestelde vragenlijst bestond uit 10 vragen en is gemaakt met behulp van het programma Qualtrics. De hele vragenlijst is te vinden in bijlage I. De eerste vraag was een open vraag waarin respondenten door middel van een cijfer konden aangeven hoeveel vragen zij per keer willen beantwoorden wanneer zij naar hun welbevinden worden bevraagd. Hierna volgden enkele rangschikkingsvragen waarin respondenten werd gevraagd verschillende items te rangschikken op basis van hoe waardevol zij de items vonden voor het meten van welbevinden. Eerst werd respondenten gevraagd om zeven items te rangschikken die hedonisch welbevinden, gefocust op plezier en geluk, meten. In de volgende vraag werd respondenten gevraagd om vijf items te rangschikken die hedonisch welbevinden, gefocust op tevredenheid met het leven, meten. Vervolgens moesten respondenten zes item rangschikken die eudaimonisch welbevinden meten. Nadat respondenten klaar waren met deze drie rangschikkingen, werd hen gevraagd om de items op de eerste plaats hadden gezet, opnieuw te rangschikken. Deze rangschikkingsvragen werden daarna opnieuw gesteld, maar nu werd respondenten gevraagd de items te rangschikken op basis van hun verwachte bereidheid om de vraag dagelijks te beantwoorden. Bij elk van de rangschikkingsvragen zijn de items gerandomiseerd. Tot slot werd gevraagd op welke schaal welbevinden het beste dagelijks gemeten kon worden. Hierbij kon gekozen worden uit een vijfpunts Likertschaal, zevenpunts Likertschaal, Visual Analogue Scale (VAS) van 0-100 en VAS op basis van kleur.

2.3.2 Interviews

Naast de vragenlijst zijn er semigestructureerde interviews afgenomen. Het gebruikte interviewschema is te vinden in bijlage II. Dezelfde 10 vragen als in de vragenlijst zijn gebruikt. Daarnaast werd bij elke vraag een verdiepende vraag gesteld, om meer inzicht te verkrijgen in de gedachtegang van de behandelaren. Zo werd na de vraag over het aantal vragen dat cliënten per keer willen beantwoorden de vraag gesteld: ‘Wat zijn redenen dat u deze hoeveelheid inschat?’. Nadat behandelaren items hadden gerangschikt werden vragen gesteld zoals: ‘Waarom denkt u dat [item] het meest waardevol is?’ en ‘Waarom denkt u dat

[item] het minst waardevol is?'. Nadat behandelaren de schaal die zij het beste vonden hadden aangewezen werd gevraagd: 'Wat maakt dat u denkt dat deze schaal het beste is?'.

2.4 Procedure

2.4.1 Vragenlijst

Respondenten kregen toegang tot de vragenlijst via een anonieme link, die via de mail verspreid werd. Voordat respondenten toegang kregen tot de vragenlijst, kregen zij het proefpersoneninformatieformulier (PIF) en geïnformeerde toestemmingsformulier te zien (zie bijlagen III en IV). Als respondenten het hier niet mee eens waren, kregen zij geen toegang tot de vragenlijst. Het invullen van de vragenlijst duurde tussen de 3 in 13 minuten. De vragenlijst kon ingevuld worden gedurende de maand mei 2024.

2.4.2 Interviews

Behandelaren die aangaven mee te willen doen aan een interview zijn per mail benaderd, waarbij de PIF en het geïnformeerde toestemmingsformulier werden meegestuurd (zie bijlagen V en VI). Deze werd voor aanvang van de interviews ondertekend teruggestuurd. Daarnaast werd voordat de interviews begonnen nogmaals mondeling gevraagd of de behandelaren de formulieren hadden gelezen en of hier nog vragen over waren. Ook werd gevraagd of het toegestaan was om het interview op te nemen voor analyse. Alle interview zijn afgenomen in het programma Microsoft Teams. Interviews duurden tussen de 25 en 45 minuten. Alle interviews zijn afgenomen in de maand mei 2024.

2.5 Analyse

De resultaten van de vragenlijst zijn geanalyseerd in Excel. Hierbij zijn gemiddelden, standaardafwijking en spreiding berekend. De opgenomen interviews zijn eerst met behulp van de programma's Microsoft Teams en Microsoft Word getranscribeerd. Vervolgens zijn de transcripten open gecodeerd, waarbij subcodes zijn toegekend aan citaten uit de transcripten. Deze subcodes zijn vervolgens bij elkaar gezet onder een overkoepelende code. Uiteindelijk zijn de verschillende codes onder een bijbehorend thema gezet. Deze thema's zijn voor de analyse vastgesteld. De rangschikking van items door de behandelaren in de interviews is niet meegenomen in de analyse. Dit komt doordat behandelaren ervoor konden kiezen om zowel de vragenlijst in te vullen als deel te nemen aan een interview. Daarnaast zijn de resultaten van het eerste interview gebruikt om de vragenlijst te verbeteren. Wanneer er in een item het woord 'vandaag' stond, is dit in de meeste gevallen veranderd naar 'op dit moment' of 'sinds mijn laatste meetmoment', omdat deze woordkeuze beter leek te passen bij het meerdere

keren per dag beantwoorden van de vraag. Hierdoor zijn er verschillen in de formulering van sommige items tussen de vragenlijst en het eerste interview.

3. Resultaten

3.2 Vragenlijst

3.2.1 Aantal vragen per keer

Respondenten gaven aan gemiddeld 5,4 vragen (SD = 2,7; min-max = 3-10) te willen beantwoorden over hun welbevinden per keer dat zij hiernaar gevraagd werden.

3.2.2 Rangschikking hedonische vragen (plezier/geluk)

De resultaten van de rangschikkingen van de hedonische vragen over plezier en geluk is te zien in tabellen 1 en 2. Scores konden variëren tussen de 1 en 7, waarbij 1 de beste score is, en 7 de slechtste score. De vraag ‘op dit moment voel ik me goed over mezelf’ scoort goed op zowel *Waardevol* als *Bereidheid*. De vraag ‘ik voel me op dit moment alleen’ scoort het slechtst op zowel *Waardevol* als *Bereidheid*.

Tabel 1

Scores rangschikking Hedonische vragen (plezier/geluk) op basis van hoe Waardevol respondenten de vraag vinden om Welbevinden te meten

Aspect welbevinden	Vraag over welbevinden	Gemiddelde score (SD; min-max)
Hedonisch (plezier/geluk)	Op dit moment voel ik me goed over mezelf	2,6 (1,6; 1-6)
	Ik voel me opgewekt op dit moment	3,4 (1,8; 1-7)
	Ik heb op dit moment het gevoel dat ik ertoe doe	3,8 (1,9; 1-6)
	Mijn gedachten over mezelf zijn nu: (Antwoordmogelijkheden zijn: positief/negatief)	3,9 (2,1; 1-7)
	Ik voel me ontspannen	4,7 (1,9; 1-7)
	Ik voel me op dit moment nuttig	4,8 (2,0; 1-7)
	Ik voel me op dit moment alleen	4,9 (2,3; 1-7)

Tabel 2

Scores rangschikking Hedonische vragen (plezier/geluk) op basis van de Bereidheid van respondenten om de vraag dagelijks meerdere keren te beantwoorden.

Aspect welbevinden	Vraag over welbevinden	Gemiddelde score (SD; min-max)
Hedonisch (plezier/geluk)	Ik voel me ontspannen	2,8 (2,2; 1-7)
	Op dit moment voel ik me goed over mezelf	3,0 (1,9; 1-6)
	Ik voel me opgewekt op dit moment	4,1 (1,8; 2-7)
	Mijn gedachten over mezelf zijn nu: (Antwoordmogelijkheden zijn: positief/negatief)	4,3 (1,9; 1-7)
	Ik voel me op dit moment nuttig	4,3 (2,0; 1-7)
	Ik heb op dit moment het gevoel dat ik ertoe doe	4,9 (1,8; 3-7)
	Ik voel me op dit moment alleen	5,0 (2,3; 1-7)

3.2.3 Rangschikking hedonische vragen (tevredenheid met het leven)

De resultaten van de rangschikkingen van de hedonische vragen over tevredenheid met het leven is te zien in tabellen 3 en 4. Scores konden variëren tussen de 1 en 5, waarbij 1 de beste score is, en 5 de slechtste score. De vragen ‘op dit moment ben ik tevreden met mijn leven’ en ‘tot nu toe is vandaag een goede dag geweest’ scoren goed op zowel *Waardevol* als

Bereidheid. De vraag ‘Als ik mijn leven opnieuw mocht doen, zou ik op dit moment haast niets veranderen’ scoort het slechtst op zowel *Waardevol* als *Bereidheid*.

Tabel 3

Scores rangschikking Hedonische vragen (tevredenheid met het leven) op basis van hoe Waardevol respondenten de vraag vinden om Welbevinden te meten

Aspect welbevinden	Vraag over welbevinden	Gemiddelde score (SD; min-max)
Hedonisch (Tevredenheid met het leven)	Op dit moment ben ik tevreden met mijn leven	2,4 (1,2; 1-4)
	Tot nu toe is vandaag een goede dag geweest	2,7 (1,5; 1-5)
	De omstandigheden waar ik nu in leef zijn goed	2,9 (1,8; 1-5)
	Ik voel me goed over de gebeurtenissen sinds mijn vorige meetmoment	3,0 (1,1; 2-5)
	Als ik mijn leven opnieuw mocht doen, zou ik op dit moment haast niets veranderen	4,0 (1,1; 2-5)

Tabel 4

Scores rangschikking Hedonische vragen (tevredenheid met het leven) op basis van de Bereidheid van respondenten om de vraag dagelijks meerdere keren te beantwoorden.

Aspect welbevinden	Vraag over welbevinden	Gemiddelde score (SD; min-max)
Hedonisch (Tevredenheid met het leven)	Tot nu toe is vandaag een goede dag geweest	2,2 (1,4; 1-5)
	Ik voel me goed over de gebeurtenissen sinds mijn vorige meetmoment	2,6 (1,4; 1-5)
	Op dit moment ben ik tevreden met mijn leven	2,7 (1,1; 1-4)
	De omstandigheden waar ik nu in leef zijn goed	3,4 (1,2; 1-5)
	Als ik mijn leven opnieuw mocht doen, zou ik op dit moment haast niets veranderen	4,1 (1,4; 2-5)

3.2.4 Rangschikking eudaimonische vragen

Tabellen 5 en 6 laten de resultaten zien van de rangschikkingen van de eudaimonische vragen. Scores konden hier variëren tussen de 1 en 6, waarbij 1 de beste score is, en 6 de slechtste score. De vraag ‘op dit moment voel ik me goed over wie ik ben’ scoort goed op zowel *Waardevol* als *Bereidheid*. De vraag ‘Op dit moment ben ik goed in staat dagelijkse taken uit te voeren’ scoort slecht op zowel *Waardevol* als *Bereidheid*.

Tabel 5

Scores rangschikking Eudaimonische vragen op basis van hoe Waardevol respondenten de vraag vinden om Welbevinden te meten

Aspect welbevinden	Vraag over welbevinden	Gemiddelde score (SD; min-max)
Eudaimonisch	Op dit moment voel ik me goed over wie ik ben	3,0 (1,9; 1-6)
	Sinds mijn vorige meetmoment heb ik naar mijn doelen toe gewerkt	3,2 (1,8; 1-6)
	Ik heb het gevoel dat ik controle heb over mijn situatie zoals hij nu is	3,2 (1,9; 1-6)
	Ik voel me trots over wat ik heb bereikt sinds mijn vorige meetmoment	3,6 (1,2; 2-6)
	Ik heb op dit moment een goed gevoel over mijn relaties met andere mensen	3,7 (1,6; 1-6)
	Op dit moment ben ik goed in staat om dagelijkse taken uit te voeren	4,6 (1,8; 1-6)

Tabel 6

Scores rangschikking Eudaimonische vragen op basis van de Bereidheid van respondenten om de vraag dagelijks meerdere keren te beantwoorden.

Aspect	Vraag over welbevinden	Gemiddelde score (SD; min-max)
welbevinden		
Eudaimonisch	Ik heb op dit moment een goed gevoel over mijn relaties met andere mensen	2,6 (1,6; 1-6)
	Op dit moment voel ik me goed over wie ik ben	3,4 (1,8; 1-7)
	Ik voel me trots over wat ik heb bereikt sinds mijn vorige meetmoment	3,8 (1,9; 1-6)
	Ik heb het gevoel dat ik controle heb over mijn situatie zoals hij nu is	3,9 (2,1; 1-7)
	Op dit moment ben ik goed in staat om dagelijkse taken uit te voeren	4,7 (1,9; 1-7)
	Sinds mijn vorige meetmoment heb ik naar mijn doelen toe gewerkt	4,8 (2,0; 1-7)

3.2.5 Rangschikking alle aspecten van welbevinden

In tabellen 7 en 8 zijn de resultaten te zien van de rangschikkingen van alle aspecten van welbevinden tegenover elkaar. De hedonische vraag over plezier en geluk scoorde op zowel *Waardevol* als *Bereidheid* het beste.

Tabel 7

Scores rangschikking alle Aspecten van Welbevinden tegenover elkaar op basis van hoe *Waardevol* respondenten de vraag vinden om *Welbevinden* te meten

Aspect welbevinden	Rangschikking	N (%)	Gemiddelde score (SD; min-max)
Hedonisch (plezier/geluk)	#1	3 (42,8)	1,7 (0,8; 1-3)
	#2	3 (42,8)	
	#3	1 (14,4)	
Eudaimonisch	#1	1 (14,4)	2,1 (0,7; 1-3)
	#2	4 (57,2)	
	#3	2 (28,4)	
Hedonisch (tevredenheid met het leven)	#1	3 (42,8)	2,1 (1,1; 1-3)
	#2	0 (0,0)	
	#3	4 (57,2)	

Tabel 8

Scores rangschikking alle Aspecten van Welbevinden tegenover elkaar op basis van de *Bereidheid* van respondenten om de vraag dagelijks meerdere keren te beantwoorden.

Aspect welbevinden	Rangschikking	N (%)	Gemiddelde score (SD; min-max)
Hedonisch (plezier/geluk)	#1	3 (50,0)	1,5 (0,5; 1-2)
	#2	3 (50,0)	
	#3	0 (0,0)	
Eudaimonisch	#1	3 (50,0)	2,0 (1,1; 1-3)
	#2	0 (0,0)	
	#3	3 (50,0)	
Hedonisch (tevredenheid met het leven)	#1	0 (0,0)	2,5 (0,5; 2-3)
	#2	3 (50,0)	
	#3	3 (50,0)	

3.2.6 Schaal

Respondenten vonden de VAS van 0 t/m 100 (4, 44%) de beste schaal om welbevinden dagelijks meerdere keren te meten. De schaal van 1 t/m 5 (2, 22%), schaal van 1 t/m 7 (1, 11%) en VAS op basis van kleur (2, 22%) scoorden lager.

3.3 Interviews

Naar aanleiding van de interviews zijn er drie thema's opgesteld, waarbij elk thema uit meerdere codes bestaat. De codes zijn opgebouwd uit subcodes, die te vinden zijn in het codeboek (bijlage VII). In tabel 9 zijn de thema's en bijbehorende codes te zien.

Tabel 9
Thema's en codes

Thema	Codes	Uitleg code	Aantal behandelingen dat code benoemt
Hoeveelheid vragen	Aantal vragen	Het aantal vragen dat per keer uitgevraagd kan worden	5
	Tijd	De duur van het invullen van de vragen	2
	Variabiliteit	Aanpassingen in frequentie en lengte op basis van behoefte cliënt en situatie	4
Inhoud vragen	Bevragen welbevinden	Hoe welbevinden het beste bevraagd kan worden	5
	Definitie welbevinden	Indicatoren die een teken van welbevinden zijn	5
	Nauwkeurig van vragen	Hoe vragen optimaal geformuleerd kunnen worden	5
	Onzekerheden bij meten welbevinden	Obstakels die behandelingen zien bij het gebruik van items	5
	Relevantie	De mate waarin vragen naar welbevinden iets toevoegen voor de cliënt	4
Meetbaarheid vragen	Onzekerheden bij schaalgebruik	Twijfel van behandelingen bij het gebruik van de schaal	4
	Voorkeuren bij schaalgebruik	Goede eigenschappen van een schaal	5

In het thema 'hoeveelheid vragen' wordt het aantal vragen wat cliënten bereid zijn om dagelijks meerdere keren te beantwoorden besproken. In het thema 'inhoud vragen' wordt besproken welke vragen welbevinden goed dagelijks kunnen meten. In het thema 'meetbaarheid vragen' wordt de schaal waarop deze vragen gemeten worden besproken.

3.3.1 Hoeveelheid vragen

Behandelaren zijn het erover eens dat het aantal vragen wat er dagelijks meerdere keren gesteld kan worden aan cliënt niet boven de 5-6 vragen mag uitkomen. Sommige behandelingen schatten dit aantal nog lager in. Een behandelaar zei hierover: *“Ja, precies. Ik verwacht eerlijk gezegd zo'n 1 tot 3 vragen, denk dat het dan wel ophoudt.”* (R3). Ook denken sommige behandelingen dat het aantal vragen wat per keer gesteld kan worden afhankelijk is van de tijd die nodig is. *“Dat is ook afhankelijk van de vraag natuurlijk, maar ik denk dat je niet echt langer dan een minuut een cliënt zou kunnen belasten. Een minuut á twee minuten, en dan moet je de vraag lezen en dan erover nadenken, beantwoorden.”* (R2). Meerdere behandelingen geven aan dat de lengte van de vraag en de lengte van het antwoord meespelen in het aantal vragen wat gesteld kan worden. Ook stelt een behandelaar dat dit cliëntafhankelijk is. *“Ik denk dat dat heel cliëntafhankelijk is, dus dat de ene cliënt dat*

misschien vaker kan beantwoorden dan anderen. Dus ja, ik denk dat dat heel persoonlijk is, dus dat voor de ene cliënt dat twee keer vragen al teveel is bijvoorbeeld.” (R2)

3.3.2 Inhoud vragen

Meerdere behandelaren vinden vragen over zelfwaardering zoals ‘op dit moment voel ik me goed over mezelf’ waardevol voor het meten van het welbevinden van een cliënt. Een behandelaar zei: *“Het linkt allemaal natuurlijk, maar ik vond die zelfwaarde belangrijker dan wat ik lager heb gescoord.” (R4)*. Ook vragen over tevredenheid worden goed beoordeeld. *“Ik vind 6 mooi, want ik denk ook als je klachten hebt kun je alsnog leren omgaan met die klachten, en kun je ook een tevreden leven hebben” (R1)*. Behandelaren erkennen de waarde van eudaimonische vragen die naar doelen en controle vragen. Echter erkende een behandelaar wel dat dit grote onderwerpen betreft. Ook gaf een behandelaar aan dat hedonische vragen naar tevredenheid over het leven lastig op meerdere meetmomenten te gebruiken zijn. Hedonische vragen naar plezier en geluk zijn volgens een behandelaar dan wel weer goed uit te vragen. Zo zij een behandelaar over de items die naar plezier en geluk vragen: *“Ik denk dat eigenlijk al die vragen heel goed te beantwoorden zijn, dus ik vind daar ook niet heel veel verschil in zitten” (R3)*.

Behandelaren geven aan dat vragen die een emotie of gevoel oproepen sneller en makkelijker te beantwoorden zijn. *“Nou, omdat emoties vaak makkelijker kunnen worden opgehaald” (R2)*. Een andere behandelaar plaatst hier wel de kanttekening bij dat het geen te heftige of confronterende emoties moeten zijn. *“Ik vind [gedachten over mezelf] een wat meer confronterende vraag. Dus als mensen negatief over zichzelf denken, dan ben je dat wel 3 keer per dag aan het opschrijven.” (R5)* Vragen die meer een beroep op de cognitieve vaardigheden van een cliënt doen zijn lastiger te beantwoorden, stelt een behandelaar. *“Op dit moment voel ik me goed over mezelf’ dan doe je een groter beroep ook op iemands cognitieve vaardigheden en moet je echt gaan nadenken” (R2)*. Ook geeft de behandelaar aan dat het antwoord op dit soort vragen mogelijk minder zal fluctueren en minder geschikt zal zijn voor dagelijkse meetmomenten. Dit hangt af van de cliënt en van de formulering van de vraag *“Dat is ook natuurlijk afhankelijk van de cliënt. Maar het zou wel kunnen. Ja, het zou wel kunnen als het goed geformuleerd zou zijn zou het kunnen.” (R2)*. Over de formulering en nauwkeurigheid van de vragen de meeste behandelaren het eens. Er is een voorkeur voor vragen die concreet en specifiek zijn. *“Ja, dat weet ik ook niet zo goed, want het is op zich wel een mooi iets ‘ik voel me goed over wie ik ben’. Maar voor mijn gevoel zijn de anderen net iets concreter en laten ook meer een weg zien.” (R1)*. Vragen die breed, groot of

aspecifiek geformuleerd zijn, zijn moeilijker te includeren in een dagelijkse vragenlijst. Een behandelaar zei hierover: *Waar [relaties met andere mensen] meer ook een grotere vraag is en je die minder frequenter kan meten. Een lastigere vraag om in te vullen.* (R4), en een andere behandelaar stelde: *“En [levensreflectie] vind ik leuk voor 1 keer, maar niet voor meerdere keren per dag of per behandeling ofzo.”* (R5). Er bestaan wel verschillen in opvattingen over welke vragen als concreet/specifiek en breed/aspecifiek worden beschouwd. Zo stelt een behandelaar *“Dus ik denk ‘tot nu toe is vandaag een goede dag geweest’ is echt een hele concrete vraag.”* (R3). Echter stelt een andere behandelaar hierover *“Tot nu toe is vandaag een goede dag geweest’. Nou ja, dit ging goed, dat ging niet zo goed, dat je dan weer in die afweging terecht kunt komen of het negatieve de overhand kunt laten hebben. Waardoor die ook een beetje onspecifiek is misschien.”* (R4). Tot slot stellen behandelaren dat de gestelde vragen relevant moeten zijn voor de cliënt. *“Maar het moet wel iets toevoegen, dus er moet wel gevraagd worden naar dingen waar de cliënt dan iets aan heeft.”* (R2).

3.3.3 Meetbaarheid vragen

Over de schaal waarop de vragen het beste gemeten kunnen worden zijn de behandelaren verdeeld. Zo gaf een behandelaar aan dat veel tekst in een schaal onwenselijk is, terwijl een andere behandelaar aangaf dat tekst juist beter is. *“Ik zou de tekst er wel beter bij vinden. Dus een bolletje van ‘helemaal mee eens’ in plaats van dat je er een groen gezichtje invult.”* (R4). Ook over het gebruik van cijfers in een schaal waren de behandelaren het niet met elkaar eens. Zo stelde een behandelaar *“We hebben een keer een vragenlijst gehad waarbij ze met een schakelaar, zo’n schuifje moesten doen. En toen konden ze van 0 tot 10. En dat vonden ze heel lastig, dus dat ze dan toch liever met cijfers willen werken.”* (R1). Een andere behandelaar zei echter *“Dus dat, maar de sliders zonder de indicatie maar alleen dus van eens naar oneens.”* (R2). Het gebruik van een schaal met smileys wordt als makkelijk en snel gezien door een behandelaar. Echter betwijfelt de behandelaar of er verschillen zijn tussen de verschillende schalen. *“Maar of het nou echt zoveel verschil maakt weet ik niet hoor. Want ik denk als het een gesloten vraag is, de mensen met een angststoornis zie je altijd aan de rechterkant die hebben het altijd hoog. En veel mensen zitten altijd in het midden die kunnen niet kiezen.”* (R5).

4. Discussie

Dit onderzoek had als doel om inzicht te krijgen in het perspectief van behandelaren en cliënten van Thubble hoe een EMA-vragenlijst ontworpen moet worden, zodat welbevinden dagelijks en digitaal gemeten kan worden. Hiervoor is onderzoek gedaan naar het perspectief van behandelaren en cliënten van Thubble over het aantal vragen dat per keer gesteld kan worden, de waarde van bestaande EMA-items en items uit vragenlijsten die verschillende aspecten van welbevinden meten, en de waarde van verschillende schalen die gebruikt kunnen worden om welbevinden te meten. Uit de resultaten blijkt dat behandelaren en cliënten van Thubble de voorkeur hebben om tussen de 1-6 vragen per keer te beantwoorden. Het blijkt ook dat deelnemers de meeste waarde zien in hedonische vragen over plezier en geluk, wanneer deze vragen meerdere keren per dag worden gesteld. Behandelaars zien ook waarde in hedonische vragen naar tevredenheid met het leven en eudaimonische vragen, maar geven aan dat het lastig is om deze aspecten dagelijks meerdere keren uit te vragen. Het feit dat dit grote onderwerpen betreft en de vraag of deze onderwerpen genoeg fluctueren op een dag dragen hieraan bij. Wel zien deelnemers grote verschillen in de waarde van items die hetzelfde aspect van welbevinden meten. Items die concreet geformuleerd zijn en snel te beantwoorden zijn worden hoger gewaardeerd door deelnemers, dan items die breed geformuleerd zijn en langer nadenken vereisen. Deelnemers blijken verschillende voorkeuren te hebben voor de schaal waarop welbevinden dagelijks meerdere keren goed te meten is.

4.1 Belangrijkste bevindingen

4.1.1 Formulering van vragen

De resultaten laten zien dat volgens het perspectief van behandelaren vragen naar welbevinden concreet en specifiek moeten worden geformuleerd. Behandelaars gaven aan dit vooral terug te zien in vragen naar hedonisch welbevinden, gefocust op plezier en geluk. Ondanks dat de items van hedonisch welbevinden, gefocust op tevredenheid met het leven en de items van eudaimonisch welbevinden zijn aangepast zodat ze in een dagelijkse context toegepast konden worden, zagen veel behandelaren obstakels bij het dagelijks uitvragen van deze twee aspecten van welbevinden. Het alleen aanpassen van het tijdsframe blijkt in veel gevallen dus niet genoeg om deze aspecten op te kunnen nemen in een dagelijkse EMA-vragenlijst. In overeenstemming met een onderzoek van Steptoe, stellen behandelaren dat het lastig is om te weten hoe cliënten deze vragen interpreteren [22]. Daarnaast denken behandelaren dat wanneer deze vragen meerdere keren per dag gesteld worden dit tot ergernis van cliënten zal zijn, mogelijk doordat deze onderwerpen minder fluctueren gedurende de dag

[18]. Toch laat dit onderzoek ook zien dat er mogelijkheden zijn deze aspecten van welbevinden dagelijks uit te vragen. Zoals uit de resultaten blijkt zijn vragen die een gevoel of emotie oproepen beter geschikt om dagelijks meermaals uit te vragen dan vragen die tot nadenken aanzetten. Volgens het perspectief van meerdere behandelaars zijn de vragen ‘Op dit moment ben ik tevreden met mijn leven’ en ‘op dit moment voel ik me goed over wie ik ben’ goede vragen om te stellen. Een mogelijke verklaring hiervoor is dat deze vragen ondanks dat ze een groot onderwerp representeren, een gevoel of emotie oproepen. Deze vragen laten cliënten nadenken over zichzelf en hun tevredenheid, wat mogelijk positieve of negatieve emoties kan oproepen. Dit is echter speculatief, en verder onderzoek is nodig om meer duidelijkheid te krijgen over de relatie tussen emoties en eudaimonische vragen. Het is ook van belang om te benadrukken dat het uitvragen van emoties verschillende gevolgen kan hebben. Wanneer respondenten vaak items beantwoorden die emoties oproepen, kan dit tot gevolg hebben dat zij zich hierdoor anders gaan voelen, dit heet ook wel het mere measurement effect [23]. Daarnaast kan het beantwoorden van dit soort items ‘priming’ tot gevolg hebben. Dit houdt in dat respondenten door het beantwoorden van een vraag, meer gaan nadenken over het onderwerp van deze vraag [24]. Een behandelaar benadrukte het gevaar dat wanneer een respondent negatief over zichzelf denkt, ze hier als gevolg van de vragenlijst meerdere keren per dag aan moeten denken. Het is van belang om hier met respondenten over te praten, zodat zij zich bewust zijn van deze fenomenen. Ook kunnen de vragen in overleg met de behandelaar gepersonaliseerd worden, afhankelijk van de ernst en aard van de mentale stoornis.

4.1.2 Schaalgebruik

In zowel de vragenlijst als de interviews bleek dat deelnemers zowel de VAS als de Likertschaal geschikt vonden om welbevinden te meten in een EMA-vragenlijst. Echter was er ook sprake van kritiek op beide schalen. Zo gaf een behandelaar aan dat cliënten het invullen van een VAS erg lastig vonden. Dit is in overeenstemming met een onderzoek van Funke en Reips, die vonden dat het adequaat beantwoorden van een VAS meer moeite kost vanwege het grote aantal mogelijke opties [25]. Een andere behandelaar stelde hiertegenover dat een zevenpunts Likertschaal door opties zoals ‘beetje mee eens’ erg veel nadenken vereist van respondenten. Onderzoek door Delventhal liet zien dat het gebruik van de schaal geen invloed heeft op de extreme antwoorden van respondenten [26]. Extreme antwoorden verwijzen naar de neiging van een respondent op het hoogste of het laagste antwoord op een schaal te kiezen [27-28]. Dit is in overeenstemming met het perspectief van een behandelaar

die betwijfelde of er verschillen zouden zijn tussen verschillende schalen. ‘Bepaalde groepen mensen zullen altijd aan dezelfde kant van de schaal antwoorden’, stelde de behandelaar. Een onderzoek van Arce-Ferrer vond vergelijkbare resultaten, waarin karaktereigenschappen en sociale normen een rol speelden in het antwoordgedrag van respondenten [29]. Daarnaast vond Arce-Ferrer dat de bekendheid van de schaal bij de respondent en communicatiestijl van invloed zijn op het antwoordgedrag van respondenten [29]. Aangezien deze factoren voor elke cliënt verschillend zullen zijn, is het niet realistisch om te verwachten dat er één beste schaal is om te gebruiken in een EMA-vragenlijst. Er is echter meer onderzoek nodig naar hoe deze factoren de voorkeur van cliënten voor het gebruik van schalen in een EMA-vragenlijst beïnvloeden.

4.1.3 Personalisatie

Uit de resultaten blijkt dat meerdere behandelaren het belang van personalisatie bij het gebruik van een EMA-vragenlijst benadrukken. Naast dat behandelaren pleitten voor personalisatie bij het gebruik van schalen, komt ook naar voren dat het aantal vragen wat cliënten per keer willen invullen en de inhoud van de vragen, factoren zijn die persoonlijk kunnen verschillen. In de resultaten van de vragenlijst is dit ook terug te zien in de grote spreiding bij elk item in de rangschikkingen. Dit zou kunnen duiden dat verschillende respondenten verschillende items belangrijk vinden. Het is nu wel de vraag hoe deze factoren gepersonaliseerd kunnen worden. Een onderzoek van Hyland & Whalley liet zien dat het belangrijk is om persoonlijke waarden, zoals levensdoelen mee te nemen bij het ontwikkelen van een interventie [30]. Daarnaast blijkt uit ander onderzoek van Pelletier et al. dat co-design en gebruikersfeedback belangrijke punten zijn voor personalisatie van digitale interventies [31]. Alhoewel deze onderzoeken niet specifiek het personaliseren van EMA-vragenlijsten hebben onderzocht, kunnen deze punten mogelijk wel meegenomen worden in het personaliseren van vragen in een EMA-vragenlijst. Cliënten zouden betrokken kunnen worden bij het opstellen van de vragenlijst, zodat vragen over welbevinden worden geïncorporeerd op basis van hun persoonlijke waarden. Daarnaast zou er feedback verzameld kunnen worden, waarbij cliënten aangeven of de huidige vragen die zij beantwoorden nog in lijn zijn met hun doelen en waarden. Deze aanbevelingen kunnen meegenomen worden in verder onderzoek naar de personalisatie van vragen in EMA-vragenlijsten.

4.2 Sterke punten en beperkingen

Dit onderzoek kent meerdere sterke punten. Doordat er gebruikt is gemaakt van een mixed-methods studie waarin kwantitatieve en kwalitatieve methoden zijn gebruikt, is er zowel

kwalitatieve als kwantitatieve data verzameld. De vragenlijst in combinatie met semigestructureerde interviews zorgden ervoor dat er diepgaande inzichten over de data werden verkregen. Ook konden de resultaten van de ene methode gevalideerd worden door de andere methode. Er kon hiervoor gekeken worden naar de overeenkomsten of tegenstrijdigheden in de data.

Dit onderzoek heeft ook enkele beperkingen. Door de beperkte respons op de vragenlijst, is er de mogelijkheid dat er sprake is van toeval, en zijn de antwoorden niet te generaliseren buiten Thubbe. Daarnaast was er na 5 interviews nog geen sprake van saturatie, maar door tijdsgebrek konden er geen verdere interviews worden afgenomen. Er zou dus mogelijk informatie kunnen missen die relevant is om de onderzoeksvraag te beantwoorden. Ook zijn de interviews tijdens de kwalitatieve analyse slecht door één onderzoeker gecodeerd. Dit zorgt ervoor dat er geen sprake is van interbeoordelaarsbetrouwbaarheid. De interpretatie van de onderzoeker kan namelijk een rol hebben gespeeld tijdens de analyse van de kwalitatieve data. Om dit probleem te ondervangen is bij alle interviews dezelfde, gestructureerde aanpak gehanteerd. Ook konden de resultaten van de interviews vergeleken en gevalideerd worden door middel van de kwantitatieve data. Om in vervolgonderzoek de interbeoordelaarsbetrouwbaarheid te verbeteren zal de kwalitatieve analyse door minstens twee verschillende onderzoekers uitgevoerd moeten worden.

4.3 Vervolgonderzoek

Op basis van dit onderzoek zijn er meerdere aanbevelingen voor vervolgonderzoek te doen. Ten eerste wordt aangeraden om binnen een grotere steekproef onderzoek te doen naar de mogelijkheid om hedonische vragen naar tevredenheid met het leven en eudaimonische vragen te includeren in een EMA-vragenlijst die meerdere keren per dag wordt ingevuld. Hierin kan verder onderzocht worden of mogelijk is deze vragen te stellen door middel van het betrekken van emoties. Ook wordt aangeraden om in dit onderzoek deelnemers te vragen of zij behandelaar of cliënt zijn. In het huidige onderzoek is deze informatie niet uitgevraagd, waardoor verschillen tussen het perspectief van de behandelaar en de cliënt niet konden worden vastgesteld. Daarnaast kan vervolgonderzoek zich richten op het onderzoeken van de relatie van de verschillende factoren uit het onderzoek van Arce-Ferrer en de voorkeuren van cliënten voor een bepaalde schaal [29]. Tot slot wordt aangeraden om onderzoek te doen naar hoe EMA-vragenlijsten gepersonaliseerd kunnen worden. Hierbij kunnen de aanbevelingen van Hyland & Whalley en Pelletier et al. worden meegenomen [30-31].

4.4 Conclusie

Dit onderzoek toont aan dat volgens deelnemers het creëren van EMA-vragenlijst om welbevinden dagelijks meerdere keren te meten, een gepersonaliseerde aanpak vereist. Er blijken verschillen te zitten in het perspectief van deelnemers over het aantal vragen, de waarde van verschillende items die welbevinden meten, en de schaal die het beste welbevinden kan meten. Meer onderzoek naar de personalisatie van vragen in EMA-vragenlijsten is nodig om deze gepersonaliseerde aanpak te verbeteren.

5. Referenties

1. Ten Have M, Tuithof M, van Dorsselaer S, Schouten F, Luik AI, de Graaf R. Prevalence and trends of common mental disorders from 2007-2009 to 2019-2022: results from the Netherlands Mental Health Survey and Incidence Studies (NEMESIS), including comparison of prevalence rates before vs. during the COVID-19 pandemic. *World Psychiatry*. 2023;22(2):275-85. doi:[10.1002/wps.21087](https://doi.org/10.1002/wps.21087)
2. Inspectie van Gezondheidszorg en Jeugd. Toezicht op aanpak wachttijden ggz 2022. Available from: <https://www.igj.nl/zorgsectoren/geestelijke-gezondheidszorg/wachttijden-in-de-ggz>.
3. Thubble. Over Thubble. Available from: <https://www.thubble.nl/over-thubble>.
4. Keyes CLM. Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2005;73(3):539-48. doi:[10.1037/0022-006X.73.3.539](https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539)
5. Corey LMK. The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*. 2002;43(2):207-22. doi:[10.2307/3090197](https://doi.org/10.2307/3090197)
6. Lam RW, Filteau M-J, Milev R. Clinical effectiveness: The importance of psychosocial functioning outcomes. *Journal of Affective Disorders*. 2011;132:S9-S13.
7. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989;57(6):1069-81. doi:[10.1037/0022-3514.57.6.1069](https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069)
8. Ryan RM, Deci EL. On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*. 2001;52(1):141-66. doi:[10.1146/annurev.psych.52.1.141](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141)
9. Lent R. Toward a Unifying Theoretical and Practical Perspective on Well-Being and Psychosocial Adjustment. *Journal of Counseling Psychology*. 2004;51:482-509. doi:[10.1037/0022-0167.51.4.482](https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.4.482)
10. Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 63–73). New York: Oxford University Press. doi:[10.1007/978-94-007-0753-5_2905](https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_2905)
11. Diener E, Lucas RE, Oishi S. Advances and Open Questions in the Science of Subjective Well-Being. *Collabra Psychol*. 2018;4(1). doi:[10.1525/collabra.115](https://doi.org/10.1525/collabra.115)
12. Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The Satisfaction With Life Scale. *J Pers Assess*. 1985;49(1):71-5. doi:[10.1207/s15327752jpa4901_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)

13. Watson D, Clark LA, Tellegen A. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *J Pers Soc Psychol.* 1988;54(6):1063-70. doi:[10.1037//0022-3514.54.6.1063](https://doi.org/10.1037//0022-3514.54.6.1063)
14. Schimmack U, Oishi S. The influence of chronically and temporarily accessible information on life satisfaction judgments. *Journal of Personality and Social Psychology.* 2005;89(3):395-406. doi:[10.1037/0022-3514.89.3.395](https://doi.org/10.1037/0022-3514.89.3.395)
15. Fujita F, Diener E. Life Satisfaction Set Point: Stability and Change. *Journal of Personality and Social Psychology.* 2005;88(1):158-64. doi:[10.1037/0022-3514.88.1.158](https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.158)
16. Eid M, Diener E. Global Judgments of Subjective Well-Being: Situational Variability and Long-Term Stability. *Social Indicators Research.* 2004;65(3):245-77. doi:[10.1023/B:SOCI.0000003801.89195.bc](https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000003801.89195.bc)
17. Li Z, Yin X, Jiang S, Wang M, Cai T. Psychological Mechanism of Subjective Well-Being: A Stable Trait or Situational Variability. *Social Indicators Research.* 2013;118:523-34. doi:[10.1007/s11205-013-0449-x](https://doi.org/10.1007/s11205-013-0449-x)
18. de Vries LP, Baselmans BML, Bartels M. Smartphone-Based Ecological Momentary Assessment of Well-Being: A Systematic Review and Recommendations for Future Studies. *J Happiness Stud.* 2021;22(5):2361-408. doi:[10.1007/s10902-020-00324-7](https://doi.org/10.1007/s10902-020-00324-7)
19. Bakolis I, Hammoud R, Smythe M, Gibbons J, Davidson N, Tognin S, et al. Urban Mind: Using Smartphone Technologies to Investigate the Impact of Nature on Mental Well-Being in Real Time. *Bioscience.* 2018;68(2):134-45. doi:[10.1093/biosci/bix149](https://doi.org/10.1093/biosci/bix149)
20. Tennant R, Hiller L, Fishwick R, Platt S, Joseph S, Weich S, et al. The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes.* 2007;5(1):63. doi:[10.1186/1477-7525-5-63](https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63)
21. Kirtley OJ, Hiekkaranta AP, Kunkels YK, Eisele G, Verhoeven D, Van Nierop M, et al. The Experience Sampling Method (ESM) Item Repository. 2020 Oct 1. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/KG376>
22. Steptoe A. Happiness and Health. *Annual Review of Public Health.* 2019;40(Volume 40, 2019):339-59. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-040218-044150>
23. Morwitz VG, Fitzsimons GJ. The Mere-Measurement Effect: Why Does Measuring Intentions Change Actual Behavior? *Journal of Consumer Psychology.* 2004;14(1-2):64-74. https://doi.org/10.1207/s15327663jcp1401&2_8
24. Schacter DL, Buckner RL. Priming and the brain. *Neuron.* 1998;20(2):185-95. doi:[10.1016/s0896-6273\(00\)80448-1](https://doi.org/10.1016/s0896-6273(00)80448-1)

25. Funke F, Reips U-D. Why Semantic Differentials in Web-Based Research Should Be Made from Visual Analogue Scales and Not from 5-Point Scales. *Field Methods*. 2012;24(3):310-27. <https://doi.org/10.1177/1525822X12444061>
26. Delventhal N. VAS vs. Likert in ESM Study : The Effect of the Choice of Response Format on Extreme Response Style. 2023. <http://essay.utwente.nl/95291/>
27. Cabooter E, Millet K, Weijters B, Pandelaere M. The 'I' in extreme responding. *Journal of Consumer Psychology*. 2016;26(4):510-23. <https://doi-org.ezproxy2.utwente.nl/10.1016/j.jcps.2016.03.002>
28. Kieruj ND, Moors G. Response style behavior: question format dependent or personal style? *Quality & Quantity*. 2013;47(1):193-211. <https://doi.org/10.1007/s11135-011-9511-4>
29. Arce-Ferrer AJ. An Investigation Into the Factors Influencing Extreme-Response Style:Improving Meaning of Translated and Culturally Adapted Rating Scales. *Educational and Psychological Measurement*. 2006;66(3):374-92. <https://doi.org/10.1177/0013164405278575>
30. Hyland ME, Whalley B. Motivational concordance: an important mechanism in self-help therapeutic rituals involving inert (placebo) substances. *J Psychosom Res*. 2008;65(5):405-13. doi: 10.1016/j.jpsychores.2008.02.006
31. Pelletier JF, Rowe M, François N, Bordeleau J, Lupien S. No personalization without participation: on the active contribution of psychiatric patients to the development of a mobile application for mental health. *BMC Med Inform Decis Mak*. 2013;13:78. doi:10.1186/1472-6947-13-78

Bijlagen

Bijlage I: Vragenlijst

Informatiebrief

Welkom bij dit onderzoek!

Meedoen aan dit onderzoek houdt in dat u een vragenlijst zal ontvangen waarin u verschillende vragen zal beantwoorden over hoe welbevinden dagelijks en digitaal goed te meten is. Het invullen van de vragenlijst zal maximaal 15 minuten duren.

Dit onderzoek wordt uitgevoerd door Jorim van der Ster ter voldoening aan de eisen van de bachelor opleiding gezondheidswetenschappen aan de Universiteit Twente onder begeleiding van dr. Anne van Dongen.

U kunt meedoen aan dit onderzoek als u als cliënt in behandeling bent bij Thubble of als u zelf een behandelaar bent bij Thubble.

Door deel te nemen aan dit onderzoek zult u een waardevolle bijdrage leveren aan ons begrip over het meten van welbevinden.

Het is onwaarschijnlijk dat er grote risico's dan het dagelijks leven verbonden zijn aan deelname aan dit project. Het onderzoeksproject is beoordeeld en goedgekeurd door de ethische commissie van BMS (BMS ethical review board, domain humanities and social sciences, nummer van aanvraag: 240483). Mocht u echter enig ongemak ervaren als gevolg van deelname aan dit onderzoek, dan kunt u ten alle tijden contact opnemen met uw behandelaar bij Thubble.

Uw deelname aan dit project is volledig vrijwillig en u kunt uw deelname op elk gewenst moment stoppen. Als u instemt met deelname, kunt u zich op elk moment tijdens het project zonder uitleg terugtrekken van deelname. Zodra uw antwoorden zijn geanalyseerd en we ze hebben geanonimiseerd, kunt u zich echter niet meer terugtrekken. Uw beslissing om deel te nemen heeft geen enkele invloed op uw huidige of toekomstige relatie met Thubble en/of de Universiteit Twente.

De door u verstrekte informatie en antwoorden worden vertrouwelijk behandeld en zijn allen toegankelijk voor leden van het onderzoeksteam. Uw antwoorden op de vragenlijst zullen deel uitmaken van een grotere dataresponsverzameling, die veilig worden opgeslagen door Qualtrics. Onderzoeksgegevens van Qualtrics worden gedownload en veilig opgeslagen op de

Universiteit Twente Google Drive of OneDrive. De gegevens worden beveiligd met een wachtwoord en zijn alleen toegankelijk voor leden van het onderzoeksteam. Zoals vereist door de Universiteit Twente worden alle onderzoeksgegevens bewaard in een met een wachtwoord beveiligd elektronisch bestand voor een periode van minimaal vijf jaar voordat ze worden vernietigd. De gegevens van de deelnemers zullen niet identificeerbaar zijn in publicaties of rapportages.

De onderzoeksresultaten worden gerapporteerd in een academische thesis en kunnen ook worden verspreid via tijdschriftartikelen en/of presentaties op conferenties.

Neem contact op met de leden van het onderzoeksteam als u vragen heeft of meer informatie wilt over het project.

Jorim van der Ster, Bachelor kandidaat

Faculteit Technische Natuurwetenschappen, Universiteit Twente

Email: j.d.vanderster@student.utwente.nl

Dr. Anne van Dongen, Supervisor

Faculteit Gedrags-, Management- en Maatschappijwetenschappen, Psychologie, Gezondheid en Technologie, Universiteit Twente

E-mail: a.vandongen@utwente.nl

U krijgt niet automatisch feedback over de resultaten van dit onderzoek. Als u echter deelneemt en na afloop van het onderzoek een samenvatting van de onderzoeksresultaten wilt ontvangen, kunt u een e-mail sturen naar de leden van het onderzoeksteam

De Universiteit Twente voert onderzoek uit in overeenstemming met de National Statement on Ethical Conduct in Research Involving Humans. Als u zorgen of klachten heeft over de ethische uitvoering van het project, kunt u contact opnemen met de manager Research Ethics op ethicscommittee-bms@utwente.nl. Dit project is ethisch goedgekeurd door de Commissie Mensgebonden Ethiek BMS/Domein Geesteswetenschappen en Sociale Wetenschappen van de Universiteit Twente.

Toestemming

1. Ik heb het informatieformulier voor deelnemers gelezen en begrepen. Ik weet dat ik in de loop van het project meer informatie over het project mag vragen.

2. Ik begrijp dat dit ik in dit onderzoek een vragenlijst zal ontvangen waarin ik verschillende vragen zal beantwoorden over hoe welbevinden dagelijks en digitaal goed te meten is.
3. Ik geef vrijwillig toestemming om deel te nemen aan dit onderzoek en begrijp dat ik kan weigeren vragen te beantwoorden en dat ik me op elk moment, zonder een reden op te geven, uit het onderzoek kan terugtrekken.
4. Ik begrijp dat mijn deelname zal worden opgenomen in een grote dataset en onmiddellijk zal worden geanonimiseerd.
5. Ik begrijp dat over mij verzamelde persoonlijke informatie die mij kan identificeren, [bijvoorbeeld mijn naam of e-mailadres], niet zal worden gedeeld buiten het onderzoeksteam en onmiddellijk zal worden geanonimiseerd zodra de gegevensverzameling is voltooid.
6. Ik begrijp dat de informatie die ik heb verstrekt, zal worden gebruikt voor de academische scriptie en ook kan worden verspreid via tijdschriftartikelen en/of presentaties op conferenties.
7. Ik begrijp dat alle informatie strikt vertrouwelijk zal worden behandeld en alleen voor onderzoeksdoeleinden zal worden gebruikt. Ik begrijp dat ik niet persoonlijk geïdentificeerd zal worden op rapporten van dit project.
8. Ik draag alle aanspraken op patenten, commerciële exploitatie, eigendom of materiaal of producten die deel uitmaken van of voortkomen uit dit onderzoek over en doe er afstand van.
9. Ik begrijp dat dit onderzoek zal voldoen aan de National Statement on Ethical Conduct in Research Involving Humans van de National Health and Medical Research Council en aan het privacybeleid van de Universiteit Twente.
10. Ik begrijp dat dit onderzoek is goedgekeurd door de Commissie Mensgebonden Ethiek van de Universiteit Twente en dat ik bij vragen contact met hen kan opnemen via ethicscommittee-bms@utwente.nl.

Bent u het eens met bovenstaande informatie?

- Ja, ga verder naar de vragenlijst
- Nee, stop met de vragenlijst

Vraag 1:

Als u dagelijks 4 - 8 keer bevraagd wordt over uw welbevinden, hoeveel vragen bent u bereid per keer in te vullen? (Voer een getal in)

Intro Waardevol

Nu volgen enkele vragen waarin u gevraagd wordt om verschillende vragen die welbevinden meten te rangschikken. Het is de bedoeling dat u de vragen rangschikt op hoe **waardevol** de vraag volgens u is om welbevinden dagelijks meerdere keren te kunnen meten.

Vraag 2:

Hieronder ziet u 7 vragen die welbevinden kunnen meten, u kunt de vragen rangschikken van 1 tot en met 7 op basis van hoe waardevol u denkt dat de vraag is om welbevinden dagelijks meerdere keren te meten. Hierbij is 1 de vraag die u het meest waardevol vindt en 7 de vraag die u het minst waardevol vindt.

- Ik voel me opgewekt op dit moment
- Ik voel me op dit moment alleen
- Op dit moment voel ik me goed over mezelf
- Mijn gedachten over mezelf zijn nu: (Antwoordmogelijkheden zijn: positief/negatief)
- Ik voel me ontspannen
- Ik voel me op dit moment nuttig
- Ik heb op dit moment het gevoel dat ik ertoe doe

Vraag 3:

Hieronder ziet u nogmaals 5 vragen die welbevinden kunnen meten, u kunt de vragen rangschikken van 1 tot en met 5 op basis van hoe waardevol u denkt dat de vraag is om welbevinden dagelijks meerdere keren te meten. Hierbij is 1 de vraag die u het meest waardevol vindt en 5 de vraag die u het minst waardevol vindt.

- Op dit moment ben ik tevreden met mijn leven
- De omstandigheden waar ik nu in leef zijn goed
- Als ik mijn leven opnieuw mocht doen, zou ik op dit moment haast niets veranderen
- Ik voel me goed over de gebeurtenissen sinds mijn vorige meetmoment
- Tot nu toe is vandaag een goede dag geweest

Vraag 4:

Hieronder ziet opnieuw 6 vragen die welbevinden kunnen meten, u kunt de vragen rangschikken van 1 tot en met 6 op basis van hoe waardevol u denkt dat de vraag is om welbevinden te meten. Hierbij is 1 de vraag die u het meest waardevol vindt en 6 de vraag die u het minst waardevol vindt.

- Sinds mijn vorige meetmoment heb ik naar mijn doelen toe gewerkt
- Op dit moment voel ik me goed over wie ik ben
- Ik heb het gevoel dat ik controle heb over mijn situatie zoals hij nu is
- Ik voel me trots over wat ik heb bereikt sinds mijn vorige meetmoment
- Op dit moment ben ik goed in staat om dagelijkse taken uit te voeren
- Ik heb op dit moment een goed gevoel over mijn relaties met andere mensen

Vraag 5:

Nu ziet u 3 vragen die welbevinden kunnen meten, u kunt de vragen rangschikken van 1 tot en met 3 op basis van hoe waardevol u denkt dat de vraag is om welbevinden dagelijks meerdere keren te meten. Hierbij is 1 de vraag die u het meest waardevol vindt en 3 de vraag die u het minst waardevol vindt.

- Nummer 1 uit ranking vraag 2
- Nummer 1 uit ranking vraag 3
- Nummer 1 uit ranking vraag 4

Intro Bereidheid

Nu volgen er wederom enkele vragen waarin u gevraagd wordt om verschillende vragen die welbevinden meten te rangschikken. Deze keer is het de bedoeling dat u de vragen rangschikt op uw **verwachte bereidheid** om de vraag dagelijks meermaals in te vullen.

Vraag 6:

Hieronder ziet u 7 vragen die welbevinden kunnen meten, u kunt de vragen rangschikken van 1 t/m 7 op basis van uw verwachte bereidheid om de vraag dagelijks meermaals te beantwoorden. Hierbij is 1 de vraag die u liefst dagelijks meermaals zou beantwoorden en 7 de vraag die u het minst graag dagelijks meermaals zou beantwoorden.

- Ik voel me opgewekt op dit moment
- Ik voel me op dit moment alleen
- Op dit moment voel ik me goed over mezelf

- Mijn gedachten over mezelf zijn nu: (Antwoordmogelijkheden zijn: positief/negatief)
- Ik voel me ontspannen
- Ik voel me op dit moment nuttig
- Ik heb op dit moment het gevoel dat ik ertoe doe

Vraag 7:

Hieronder ziet u nogmaals 5 vragen die welbevinden kunnen meten, u kunt de vragen rangschikken van 1 t/m 5 op basis van uw verwachte bereidheid om de vraag dagelijks meermaals te beantwoorden. Hierbij is 1 de vraag die u liefst dagelijks meermaals zou beantwoorden en 5 de vraag die u het minst graag dagelijks meermaals zou beantwoorden.

- Op dit moment ben ik tevreden met mijn leven
- De omstandigheden waar ik nu in leef zijn goed
- Als ik mijn leven opnieuw mocht doen, zou ik op dit moment haast niets veranderen
- Ik voel me goed over de gebeurtenissen sinds mijn vorige meetmoment
- Tot nu toe is vandaag een goede dag geweest

Vraag 8:

Hieronder ziet u opnieuw 6 vragen die welbevinden kunnen meten, u kunt de vragen rangschikken van 1 t/m 6 op basis van uw verwachte bereidheid om de vraag dagelijks meermaals te beantwoorden. Hierbij is 1 de vraag die u liefst dagelijks meermaals zou beantwoorden en 6 de vraag die u het minst graag dagelijks meermaals zou beantwoorden.

- Sinds mijn vorige meetmoment heb ik naar mijn doelen toe gewerkt
- Op dit moment voel ik me goed over wie ik ben
- Ik heb het gevoel dat ik controle heb over mijn situatie zoals hij nu is
- Ik voel me trots over wat ik heb bereikt sinds mijn vorige meetmoment
- Op dit moment ben ik goed in staat om dagelijkse taken uit te voeren
- Ik heb op dit moment een goed gevoel over mijn relaties met andere mensen

Vraag 9:

Nu ziet u 3 vragen die welbevinden kunnen meten, u kunt de vragen rangschikken van 1 tot en met 3 op basis van uw verwachte bereidheid om de vraag dagelijks meermaals te beantwoorden. Hierbij is 1 de vraag die u liefst dagelijks meermaals zou beantwoorden en 3 de vraag die u het minst graag dagelijks meermaals zou beantwoorden.

- Nummer 1 uit ranking vraag 6
- Nummer 1 uit ranking vraag 7
- Nummer 1 uit ranking vraag 8

Vraag 10:

Hoe denkt u dat vragen die dagelijks meerdere keren welbevinden meten het best in te vullen zijn?

- Schaal van 1 t/m 5
- Schaal van 1 t/m 7
- Schuifschaal 1 t/m 100
- Visuele schuifschaal

Aanvullingen

Als u naar aanleiding van de vragen nog opmerkingen of aanvullingen heeft, kunt u deze hier kwijt.

Einde enquête

Bedankt voor de tijd die u heeft genomen om aan deze enquête deel te nemen.

Uw antwoord is geregistreerd.

Bijlage II: Interviewschema

Introductie:

Om te beginnen wil ik u/jij bedanken dat u/jij wil meedoen aan dit interview voor ons onderzoek. Allereerst wil ik vragen of het goed is als ik dit interview opneem? In dit onderzoek probeer ik er achter te komen hoe welbevinden op een goede manier dagelijks en digitaal gemeten kan worden door middel van een vragenlijst. Graag zou ik u/jou wat vragen hierover willen stellen. Allereerst wil ik graag even checken of u het informatieformulier en geïnformeerde toestemmingformulier hebt gelezen? Heeft u daar nog vragen over

Dan zal ik nu beginnen met de vragen:

1^{ste} onderwerp: Hoeveelheid vragen in een vragenlijst

Vanuit Thubble is het het doel om cliënten dagelijks vragen te stellen over hun mentale balans, welbevinden is hier een onderdeel van. Dit dagelijks meten heeft als doel om zowel Thubble als de cliënt meer inzicht te geven in hoe het met hen gaat, en dus meer inzicht in de mentale balans. Hierdoor kan er meer gepersonaliseerde zorg worden aangeboden aan de cliënt.

Als uw cliënten dagelijks 4 – 8 x vragen kunnen beantwoorden over hun welbevinden, hoeveel vragen denkt u dat zij bereid zijn per keer in te vullen?

Wat zijn redenen dat u deze hoeveelheid inschat?

2^{de} onderwerp: Vragen rangschikken op hoe waardevol de vraag is om dagelijks te beantwoorden

Voor de volgende 3 vragen heb ik een Google Docs documenten voorbereid waar vragen instaan die welbevinden kunnen meten. De opdracht is hier voor u/jou om de vragen te rangschikken op de volgorde van hoe waardevol u denkt dat de vraag is om welbevinden te meten.

Dit zijn de eerste 7 vragen die welbevinden kunnen meten. Kunt u deze rangschikken van 1 t/m 7 op basis van hoe waardevol u denkt dat de vraag is om welbevinden te meten?

- Ik voel me opgewekt op dit moment
- Ik voel me op dit moment alleen
- Op dit moment voel ik me goed over mezelf
- Mijn gedachten over mezelf zijn nu: (Antwoordmogelijkheden zijn: positief/negatief)

- Ik voel me ontspannen
- Ik voel me op dit moment nuttig
- Ik heb op dit moment het gevoel dat ik ertoe doe

Waarom denkt u dat nummer 1 het beste beantwoord zal worden?

Waarom denkt u dat nummer 6 het slechtst beantwoord zal worden?

Dit zijn de tweede 5 vragen die welbevinden kunnen meten. Kunt u deze rangschikken van 1 t/m 5 op basis van hoe waardevol u denkt dat de vraag is om welbevinden te meten?

- Op dit moment ben ik tevreden met mijn leven
- De omstandigheden waar ik nu in leef zijn goed
- Als ik mijn leven opnieuw mocht doen, zou ik op dit moment haast niets veranderen
- Ik voel me goed over de gebeurtenissen sinds mijn vorige meetmoment
- Tot nu toe is vandaag een goede dag geweest

Waarom denkt u dat nummer 1 het beste beantwoord zal worden?

Waarom denkt u dat nummer 6 het slechtst beantwoord zal worden?

Dit zijn de derde 6 vragen die welbevinden kunnen meten. Kunt u deze rangschikken van 1 t/m 6 op basis van hoe waardevol u denkt dat de vraag is om welbevinden te meten?

- Sinds mijn vorige meetmoment heb ik naar mijn doelen toe gewerkt (Eudaimonisch)
- Op dit moment voel ik me goed over wie ik ben (Eudaimonisch)
- Ik heb het gevoel dat ik controle heb over mijn situatie zoals hij nu is (Eudaimonisch)
- Ik voel me trots over wat ik heb bereikt sinds mijn vorige meetmoment (Eudaimonisch)
- Op dit moment ben ik goed in staat om dagelijkse taken uit te voeren (Eudaimonisch)
- Ik heb op dit moment een goed gevoel over mijn relaties met andere mensen (Eudaimonisch)

Waarom denkt u dat nummer 1 het beste beantwoord zal worden?

Waarom denkt u dat nummer 6 het slechts beantwoord zal worden?

Beste drie gekozen antwoorden voorleggen aan geïnterviewde

Dit zijn de drie vragen die u als beste heeft beoordeeld. Als u uit deze 3 vragen degene moet kiezen die het meest waardevol is om welbevinden te meten, welke vraag zou dat dan zijn?

Waarom denkt u dat deze vraag het meest waardevol is om welbevinden te meten?

3^{de} onderwerp: Vragen rangschikken op verwachte bereidheid om de vraag dagelijks te beantwoorden

Voor de volgende 3 vragen heb ik wederom (online)post-its/een papieren vel voorbereid waar vragen opstaan die welbevinden kunnen meten. De opdracht is hier voor u/jou wederom om de vragen te rangschikken, maar deze keer op volgorde waarin u denkt dat cliënten het meest bereid zijn om de vragen dagelijks te beantwoorden.

Dit zijn de eerste 7 vragen die welbevinden kunnen meten. Kunt u deze rangschikken van 1 t/m 7 op basis van de verwachte bereidheid die u verwachtte dat patiënten zullen hebben om de vraag dagelijks te beantwoorden?

- Ik voel me opgewekt op dit moment
- Ik voel me vandaag alleen
- Vandaag voel ik me goed over mezelf
- Mijn gedachten over mezelf zijn nu: (positief/negatief)
- Ik voel me ontspannen
- Ik voel me vandaag nuttig
- Ik heb vandaag het gevoel dat ik er toe doe

Waarom denkt u dat nummer 1 het beste beantwoord zal worden?

Waarom denkt u dat nummer 7 het slechtst beantwoord zal worden?

Dit zijn de tweede 5 vragen die welbevinden kunnen meten. Kunt u deze rangschikken van 1 t/m 5 op basis van de verwachte bereidheid die u verwachtte dat patiënten zullen hebben om de vraag dagelijks te beantwoorden?

- Op dit moment ik ben tevreden met mijn leven
- De omstandigheden waar ik nu in leef zijn goed
- Als ik mijn leven opnieuw mocht doen, zou ik haast niets veranderen
- Ik voel me goed over de gebeurtenissen van vandaag
- Tot nu toe is vandaag een goede dag geweest

Waarom denkt u dat nummer 1 het beste beantwoord zal worden?

Waarom denkt u dat nummer 6 het slechtst beantwoord zal worden?

Dit zijn de derde 6 vragen die welbevinden kunnen meten. Kunt u deze rangschikken van 1 t/m 6 op basis van de verwachte bereidheid die u verwachtte dat patiënten zullen hebben om de vraag dagelijks te beantwoorden?

- Ik heb vandaag naar mijn doelen toe gewerkt
- Op dit moment voel ik me goed over wie ik ben
- Ik heb het gevoel dat ik controle heb over mijn situatie zoals hij nu is
- Ik voel me trots over wat ik vandaag heb bereikt
- Vandaag ben ik goed in staat om dagelijkse taken uit te voeren
- Ik heb vandaag een goed gevoel over mijn relaties met andere mensen

Waarom denkt u dat nummer 1 het beste beantwoord zal worden?

Waarom denkt u dat nummer 6 het slechtst beantwoord zal worden?

Beste drie gekozen antwoorden voorleggen aan geïnterviewde

Dit zijn de drie vragen die u als beste heeft beoordeeld. Als u uit deze 3 vragen degene moet kiezen waar de bereidheid om de vraag dagelijks te beantwoorden het grootst zal zijn, welke zou dat dan zijn?

Waarom denkt u cliënten deze vraag het best zullen beantwoorden?

4^{de} onderwerp: Schaal voor het invullen van de vragen

Dan de laatste vraag: Wat voor schaal denkt u dat het best gebruikt kan worden bij vragen die welbevinden meten?

Wat maakt dat u denkt dat deze schaal het beste is?

En als u deze andere voorbeelden van schalen ziet welke denkt u dan dat het beste welbevinden dagelijks kan meten? (*Voorbeelden van schalen laten zien*)

Tot zover het interview, heeft u nog een toevoeging aan hetgeen wat ik gevraagd heb?

Dan bedank ik u voor uw medewerking aan dit interview, ik zal uw antwoorden samen met de andere antwoorden die ik verzamel verwerken om erachter te komen hoe welbevinden goed gemeten kan worden. Als u mij wil bereiken dan kan dat altijd via mijn emailadres, deze staat in het informatieformulier. Mocht u geïnteresseerd ben in de resultaten van mijn onderzoek, dan kan ik deze naar u opsturen als het onderzoek klaar is.

Nogmaals bedankt

Bijlage III: Proefpersoneninformatieformulier (PIF) vragenlijst

Welkom bij dit onderzoek!

Meedoen aan dit onderzoek houdt in dat u een vragenlijst zal ontvangen waarin u verschillende vragen zal beantwoorden over hoe welbevinden dagelijks en digitaal goed te meten is. Het invullen van de vragenlijst zal maximaal 15 minuten duren.

Dit onderzoek wordt uitgevoerd door Jorim van der Ster ter voldoening aan de eisen van de bachelor opleiding gezondheidswetenschappen aan de Universiteit Twente onder begeleiding van dr. Anne van Dongen.

U kunt meedoen aan dit onderzoek als u als cliënt in behandeling bent bij Thubble of als u zelf een behandelaar bent bij Thubble.

Door deel te nemen aan dit onderzoek zult u een waardevolle bijdrage leveren aan ons begrip over het meten van welbevinden.

Het is onwaarschijnlijk dat er grote risico's dan het dagelijks leven verbonden zijn aan deelname aan dit project. Het onderzoeksproject is beoordeeld en goedgekeurd door de ethische commissie van BMS (BMS ethical review board, domain humanities and social sciences, nummer van aanvraag: 240483). Mocht u echter enig ongemak ervaren als gevolg van deelname aan dit onderzoek, dan kunt u ten alle tijden contact opnemen met uw behandelaar bij Thubble.

Uw deelname aan dit project is volledig vrijwillig en u kunt uw deelname op elk gewenst moment stoppen. Als u instemt met deelname, kunt u zich op elk moment tijdens het project zonder uitleg terugtrekken van deelname. Zodra uw antwoorden zijn geanalyseerd en we ze hebben geanonimiseerd, kunt u zich echter niet meer terugtrekken. Uw beslissing om deel te nemen heeft geen enkele invloed op uw huidige of toekomstige relatie met Thubble en/of de Universiteit Twente.

De door u verstrekte informatie en antwoorden worden vertrouwelijk behandeld en zijn allen toegankelijk voor leden van het onderzoeksteam. Uw antwoorden op de vragenlijst zullen deel uitmaken van een grotere dataresponsverzameling, die veilig worden opgeslagen door Qualtrics. Onderzoeksgegevens van Qualtrics worden gedownload en veilig opgeslagen op de Universiteit Twente Google Drive of OneDrive. De gegevens worden beveiligd met een wachtwoord en zijn alleen toegankelijk voor leden van het onderzoeksteam. Zoals vereist door de Universiteit Twente worden alle onderzoeksgegevens bewaard in een met een

wachtwoord beveiligd elektronisch bestand voor een periode van minimaal vijf jaar voordat ze worden vernietigd. De gegevens van de deelnemers zullen niet identificeerbaar zijn in publicaties of rapportages.

De onderzoeksresultaten worden gerapporteerd in een academische thesis en kunnen ook worden verspreid via tijdschriftartikelen en/of presentaties op conferenties.

Neem contact op met de leden van het onderzoeksteam als u vragen heeft of meer informatie wilt over het project.

Jorim van der Ster, Bachelor kandidaat

Faculteit Technische Natuurwetenschappen, Universiteit Twente

Email: j.d.vanderster@student.utwente.nl

Dr. Anne van Dongen, Supervisor

Faculteit Gedrags-, Management- en Maatschappijwetenschappen, Psychologie, Gezondheid en Technologie, Universiteit Twente

E-mail: a.vandongen@utwente.nl

U krijgt niet automatisch feedback over de resultaten van dit onderzoek. Als u echter deelneemt en na afloop van het onderzoek een samenvatting van de onderzoeksresultaten wilt ontvangen, kunt u een e-mail sturen naar de leden van het onderzoeksteam.

De Universiteit Twente voert onderzoek uit in overeenstemming met de National Statement on Ethical Conduct in Research Involving Humans. Als u zorgen of klachten heeft over de ethische uitvoering van het project, kunt u contact opnemen met de manager Research Ethics op ethicscommittee-bms@utwente.nl. Dit project is ethisch goedgekeurd door de Commissie Mensgebonden Ethiek BMS/Domein Geesteswetenschappen en Sociale Wetenschappen van de Universiteit Twente.

Bijlage IV: Geïnformeerde toestemmingsformulier vragenlijst

1. Ik heb het informatieformulier voor deelnemers gelezen en begrepen. Ik weet dat ik in de loop van het project meer informatie over het project mag vragen.
2. Ik begrijp dat dit ik in dit onderzoek een vragenlijst zal ontvangen waarin ik verschillende vragen zal beantwoorden over hoe welbevinden dagelijks en digitaal goed te meten is.
3. Ik geef vrijwillig toestemming om deel te nemen aan dit onderzoek en begrijp dat ik kan weigeren vragen te beantwoorden en dat ik me op elk moment, zonder een reden op te geven, uit het onderzoek kan terugtrekken.
4. Ik begrijp dat mijn deelname zal worden opgenomen in een grote dataset en onmiddellijk zal worden geanonimiseerd.
5. Ik begrijp dat over mij verzamelde persoonlijke informatie die mij kan identificeren, [bijvoorbeeld mijn naam of e-mailadres], niet zal worden gedeeld buiten het onderzoeksteam en onmiddellijk zal worden geanonimiseerd zodra de gegevensverzameling is voltooid.
6. Ik begrijp dat de informatie die ik heb verstrekt, zal worden gebruikt voor de academische scriptie en ook kan worden verspreid via tijdschriftartikelen en/of presentaties op conferenties.
7. Ik begrijp dat alle informatie strikt vertrouwelijk zal worden behandeld en alleen voor onderzoeksdoeleinden zal worden gebruikt. Ik begrijp dat ik niet persoonlijk geïdentificeerd zal worden op rapporten van dit project.
8. Ik draag alle aanspraken op patenten, commerciële exploitatie, eigendom of materiaal of producten die deel uitmaken van of voortkomen uit dit onderzoek over en doe er afstand van.
9. Ik begrijp dat dit onderzoek zal voldoen aan de National Statement on Ethical Conduct in Research Involving Humans van de National Health and Medical Research Council en aan het privacybeleid van de Universiteit Twente.
10. Ik begrijp dat dit onderzoek is goedgekeurd door de Commissie Mensgebonden Ethiek van de Universiteit Twente en dat ik bij vragen contact met hen kan opnemen via ethicscommittee-bms@utwente.nl.

Bent u het eens met bovenstaande informatie?

Bijlage V: Proefpersoneninformatieformulier (PIF) interview

Welkom bij dit onderzoek!

Meedoen aan dit onderzoek houdt in dat u mee zult doen aan een interview waarin u vragen zult beantwoorden over hoe u denkt dat welbevinden dagelijks en digitaal te meten is.

Dit onderzoek wordt uitgevoerd door Jorim van der Ster ter voldoening aan de eisen van de bachelor opleiding gezondheidswetenschappen aan de Universiteit Twente onder begeleiding van dr. Anne van Dongen.

U kunt meedoen aan dit onderzoek als u zelf een behandelaar bent bij Thubble.

Door deel te nemen aan dit onderzoek zult u een waardevolle bijdrage leveren aan ons begrip over het meten van welbevinden.

Het is onwaarschijnlijk dat er grote risico's dan het dagelijks leven verbonden zijn aan deelname aan dit project. Het onderzoeksproject is beoordeeld en goedgekeurd door de ethische commissie van BMS (BMS ethical review board, domain humanities and social sciences, nummer van aanvraag: 240483). Mocht u echter enig ongemak ervaren als gevolg van deelname aan dit onderzoek, dan kunt u ten alle tijden contact opnemen met uw behandelaar bij Thubble.

Uw deelname aan dit project is volledig vrijwillig en u kunt uw deelname op elk gewenst moment stoppen. Als u instemt met deelname, kunt u zich op elk moment tijdens het project zonder uitleg terugtrekken van deelname. Zodra uw antwoorden zijn geanalyseerd en we ze hebben geanonimiseerd, kunt u zich echter niet meer terugtrekken. Uw beslissing om deel te nemen heeft geen enkele invloed op uw huidige of toekomstige relatie met Thubble en/of de Universiteit Twente.

De door u verstrekte informatie en antwoorden worden vertrouwelijk behandeld en zijn alleen toegankelijk voor leden van het onderzoeksteam. Uw antwoorden gedurende het interview zullen deel uitmaken van een grotere dataresponsverzameling, die veilig worden opgeslagen op de Universiteit Twente Google Drive of OneDrive. De gegevens worden beveiligd met een wachtwoord en zijn alleen toegankelijk voor leden van het onderzoeksteam. Zoals vereist door de Universiteit Twente worden alle onderzoeksgegevens bewaard in een met een wachtwoord beveiligd elektronisch bestand voor een periode van minimaal vijf jaar voordat

ze worden vernietigd. De gegevens van de deelnemers zullen niet identificeerbaar zijn in publicaties of rapportages.

De onderzoeksresultaten worden gerapporteerd in een academische thesis en kunnen ook worden verspreid via tijdschriftartikelen en/of presentaties op conferenties.

Neem contact op met de leden van het onderzoeksteam als u vragen heeft of meer informatie wilt over het project.

Jorim van der Ster, Bachelor kandidaat

Faculteit Technische Natuurwetenschappen, Universiteit Twente

Email: j.d.vanderster@student.utwente.nl

Dr. Anne van Dongen, Supervisor

Faculteit Gedrags-, Management- en Maatschappijwetenschappen, Psychologie, Gezondheid en Technologie, Universiteit Twente

E-mail: a.vandongen@utwente.nl

U krijgt niet automatisch feedback over de resultaten van dit onderzoek. Als u echter deelneemt en na afloop van het onderzoek een samenvatting van de onderzoeksresultaten wilt ontvangen, kunt u een email sturen naar de leden van het onderzoeksteam.

De Universiteit Twente voert onderzoek uit in overeenstemming met National Statement on Ethical Conduct in Research Involving Humans. Als u zorgen of klachten heeft over de ethische uitvoering van het project, kunt u contact opnemen met de manager Research Ethics op ethicscommitteebms@utwente.nl. Dit project is ethisch goedgekeurd door de Commissie Mensgebonden Ethiek BMS/Domein Geesteswetenschappen en Sociale Wetenschappen van de Universiteit Twente.

Bijlage VI: Geïnformeerde toestemmingsformulier interview

1. Ik heb het informatieformulier voor deelnemers gelezen en begrepen. Ik weet dat ik in de loop van het project meer informatie over het project mag vragen.
2. Ik begrijp dat dit ik in dit onderzoek mee zal doen aan een interview waarin ik vragen zal beantwoorden over hoe ik denk dat welbevinden dagelijks en digitaal te meten is
3. Ik geef vrijwillig toestemming om deel te nemen aan dit onderzoek en begrijp dat ik kan weigeren vragen te beantwoorden en dat ik me op elk moment, zonder een reden op te geven, uit het onderzoek kan terugtrekken.
4. Ik begrijp dat mijn deelname zal worden opgenomen in een grote dataset en onmiddellijk zal worden geanonimiseerd.
5. Ik begrijp dat over mij verzamelde persoonlijke informatie die mij kan identificeren, [bijvoorbeeld mijn naam of e-mailadres], niet zal worden gedeeld buiten het onderzoeksteam en onmiddellijk zal worden geanonimiseerd zodra de gegevensverzameling is voltooid.
6. Ik begrijp dat de informatie die ik heb verstrekt, zal worden gebruikt voor de academische scriptie en ook kan worden verspreid via tijdschriftartikelen en/of presentaties op conferenties.
7. Ik begrijp dat alle informatie strikt vertrouwelijk zal worden behandeld en alleen voor onderzoeksdoeleinden zal worden gebruikt. Ik begrijp dat ik niet persoonlijk geïdentificeerd zal worden op rapporten van dit project.
8. Ik draag alle aanspraken op patenten, commerciële exploitatie, eigendom of materiaal of producten die deel uitmaken van of voortkomen uit dit onderzoek over en doe er afstand van.
9. Ik begrijp dat dit onderzoek zal voldoen aan de National Statement on Ethical Conduct in Research Involving Humans van de National Health and Medical Research Council en aan het privacybeleid van de Universiteit Twente.
10. Ik begrijp dat dit onderzoek is goedgekeurd door de Commissie Mensgebonden Ethiek van de Universiteit Twente en dat ik bij vragen contact met hen kan opnemen via ethicscommittee-bms@utwente.nl.

Bent u het eens met bovenstaande informatie?

Bijlage VII: Codeboek

<i>Thema</i>	<i>Code</i>	<i>Subcode</i>	<i>Citaat</i>	
Hoeveelheid vragen	Aantal vragen	Huidige belasting van 3-5 vragen per week al te veel	“Ja, wij nemen nu al bijvoorbeeld vragenlijsten af die cliënten 1 keer in de week in moeten vullen, of 1 keer in de twee weken. En dat zijn meestal 3 tot 5 vragen, en zelfs dan wordt het niet altijd ingevuld, dus ik verwacht dat als het echt meerdere keren per dag wordt gedaan dat het echt wel beperkt moet zijn tot 1 tot 3 vragen.” (R3)	
		Maximale frequentie per dag	“Ja, en drie keer op een dag zou ik ook een max vinden” (R4)	
		Maximale frequentie per keer - 3	“Het gaat waarschijnlijk om multiple-choice vragen, dus dan zou je misschien met een minuut vijf vragen kunnen beantwoorden, dus ik denk rond de 5-6 vragen.” (R2)	
		Na 3 vragen wordt beantwoorden een last	“Omdat het gewoon met alles na 3 vragen gewoon meer een last wordt, in plaats van, oh, doe je even snel. 3 vragen kan je nog even doen tijdens het lopen, of tijdens dat je even naar de wc gaat, dat is nog een makkelijkere handeling.” (R5)	
	Tijd	Halve minuut tot een minuut aan vragen	“Maar ik denk dat als je een minuut aan vragen, wat zal dat zijn, 3-4 vragen ofzo. Ik krijg zelf meldingen van een app om even in te checken hoe het met me gaat, en dat doe ik dan ook echt heel snel, dus ik denk een halve minuut tot een minuut aan vragen.” (R1)	
		Maximaal 1-2 minuten belasting per keer	“Dat is ook afhankelijk van de vraag natuurlijk, maar ik denk dat je niet echt langer dan een minuut een cliënt zou kunnen belasten. Een minuut á twee minuten, en dan moet je de vraag lezen en dan erover nadenken, beantwoorden.” (R2)	
	Variabel	Aantal vragen afhankelijk van frequentie per dag		“Nou, het hangt ook een beetje af van de frequentie, hoe vaak op een dag. Dat het je niet tegen moet gaan staan. Dat het een goed incheckmoment voor jezelf kan zijn, dat je daar echt wel even de tijd voor kan nemen.” (R4)
			Frequentie van vragen is cliëntafhankelijk - 2	“Ik denk dat dat heel cliëntafhankelijk is, dus dat de ene cliënt dat misschien vaker kan beantwoorden dan anderen. Dus ja, ik denk dat dat heel persoonlijk is, dus dat voor de ene cliënt dat twee keer vragen al teveel is bijvoorbeeld.” (R2)
			Geen verband tussen frequentie per keer en frequentie per dag	“Ja, ik weet het niet als je bijvoorbeeld 3 keer zou doen dat ik

			dan zeg, oh dan wil ik wel 5 vragen. Dat gevoel heb ik niet.” (R5)
		Lengte van vraag en antwoord bepaalt het aantal vragen - 2	“Dat ligt een beetje eraan hoelang de vraag is en hoelang je antwoord moet geven.” (R1)
Inhoud vragen	Bevragen welbevinden	Alle hedonische (plezier/geluk) vragen goed te beantwoorden, relevantie voor cliënt belangrijk	“Ik denk dat eigenlijk al die vragen heel goed te beantwoorden zijn, dus ik vind daar ook niet heel veel verschil in zitten, en heb het ook nog een beetje op relevantie gedaan. Zo van, hoe relevant zou een cliënt die vraag vinden. Zo heb ik denk ik gekeken.” (R3)
		Antwoordopties moeten consistent zijn in een vragenlijst	“Ik zou vraag 4, als ik zie dat ze meerdere vragen invullen, dan zou ik het heel fijn vinden als ze ook dezelfde antwoordopties hebben. En dan vind ik vraag 4 er een beetje uitvallen, omdat je positief of negatief moet aangeven.” (R1)
		Cognitieve vragen stellen mogelijk, maar cliëntafhankelijk	“Dat is ook natuurlijk afhankelijk van de cliënt. Maar het zou wel kunnen. Ja, het zou wel kunnen als het goed geformuleerd zou zijn zou het kunnen.” (R2)
		Confronterende vragen zijn lastig te beantwoorden - 2	“Ik vind 3 een wat meer confronterende vraag. Dus als mensen negatief over zichzelf denken, dan ben je dat wel 3 keer per dag aan het opschrijven.” (R5)
		Eudaimonische vragen lastiger om vaker te stellen	“Dat is hier iets moeilijker, maar ik denk dat het makkelijker is om.... want dit zijn vrij grote onderwerpen ook.” (R2)
		Gevoelens en gedachten variëren van moment tot moment	“Ja, maar goed, je vult iets meerdere keren op een dag in en überhaupt verschilt je gevoel en gedachten natuurlijk per moment. Dus daar kun je ook niet, niet vanuit gaan en misschien is dat ook juist wel wat je wilt” (R4)
		Gevoelens over de dag makkelijker te beantwoorden	“Ik voel me goed over de gebeurtenissen van vandaag, dat maakt het weer wat tastbaarder, wat er tot nu toe is gebeurd vandaag, daar voel ik me goed over.” (R1)
		Intuïtieve vragen zijn goed te beantwoorden	“Omdat het de meest intuïtieve vraag is.” (R5)
		Makkelijk antwoord te geven op behalen doelen	“Ja, die zie ik een beetje zwart-wit. Ik kan me voorstellen dat als je helemaal in werk-modus zit en je hebt het doel gesteld om naar de supermarkt te gaan, dan komt dat er niet van. Want je bent door iets anders opgenomen. Dus dan is het een hele duidelijke nee.” (R4)
		Tevredenheid vereist meer cognitieve vaardigheden	“Omdat bij ontspannenheid... Welke lichamelijke sensaties ervaar ik of heb ik stress of niet. En tevredenheid

			is dan alweer van meerdere kanten te bekijken waardoor het een complexere vraag wordt. Meerdere aspecten, verschillende levensgebieden, dus dan zou ik hem invullen als minder makkelijk snel een antwoord op te geven.” (R4)
		Tijd om tot antwoord te komen	“Ja, dat de mogelijk om hem in te vullen minder tijd kost of te komen tot een antwoord, vooral als je hem vergelijkt met drie.” (R4)
		Vereist intelligentieniveau beperkt gebruik van vraag	“1 vind ik inhoudelijk zelf de mooiste vraag alleen ik denk daarbij dat niet elk intelligentieniveau dat begrijpt als je dat 3 keer per dag doet. Waar heb je het nou eigenlijk over?” (R5)
		Vragen die afstand creëren zijn geschikt	“Dat is natuurlijk ook zo hoor, als je zegt, het is geen goede dag geweest. Alleen dan gaat het weer over de dag, en niet over mezelf. Dus daarmee iets afstand creëren.” (R5)
		Vragen die cognitieve vaardigheden vragen zijn moeilijker te beantwoorden - 3	“Op dit moment voel ik me goed over mezelf” dan doe je een groter beroep ook op iemands cognitieve vaardigheden en moet je echt gaan nadenken: Oké, dit vind ik van mezelf. Zo voel ik me nu ten opzichte van mezelf, dat is een moeilijkere vraag.” (R2)
		Vragen moeten aantrekkelijk zijn om te beantwoorden	“Omdat het de enige open vraag is eigenlijk, waar je nog kan kiezen welke kant je op wil gaan. Dat vind ik een aantrekkelijker vraag dan dat ik moet zeggen, ik voel me niet goed over mezelf op dit moment.” (R5)
		Vragen moeten heftige emoties vermijden	“Als ik bij 3 zou hebben ‘op dit moment voel ik me goed over mezelf’ en ik zou een rode smiley moeten doen, vind ik minder aantrekkelijk dan dat ik even mag kiezen tussen positief of negatief. Nou ja, minder heftig gewoon.” (R5)
		Vragen naar concepten die stabiel zijn beter voor weergeven welbevinden	“En als ik aangeef ‘ik voel me op dit moment niet ontspannen’ want ik heb een moeilijke sessie die inga, dan zegt dat natuurlijk niet... het is altijd een momentopname, maar dat vind ik dan meer vertroebelend over algeheel welbevinden dan ‘ik voel me goed over mezelf’. Of ‘ik heb het gevoel dat ik ertoe doe’, die vind ik dan iets stabiel, waardoor die minder kleurt.” (R4)
		Vraag naar doelen niet geschikt voor meerdere meetmomenten per dag	“Ja, maar 1 vond ik, ook met in gedachten: hoe vaak krijg je dit? en heb je dan in die paar uur zeggen ‘ik heb mooi naar mijn doelen toegewerkt’. En als je dan wel met dingen bezig ben geweest, maar niet specifiek daar op. Dan vul je hem al

			negatief in terwijl dat niet reflecteert wat er in het grote geheel speelt.” (R4)
		Vragen naar het heden zijn geschikt - 7	“En ik denk als je in een vragenlijst wil weten hoe het nu met je gaat, op dit moment met je welbevinden denk ik dan gaat het over wat er vandaag is.” (R5)
		Vragen naar identiteit zijn te groot	“Wie ik ben is dan eigenlijk weer te groot omdat het weer iets over identiteit zegt, terwijl je heel erg bezig bent met gewoon doen.” (R5)
		Vragen naar waarden beter dan doelen - 2	“Hier staat dan doelen, maar wat wij ook vaak doen is waardes, wat zijn je waardes? En heb je elke dag naar je waardes geleefd? En dan vind ik dan wel... Elke dag even na te denken over wat vind ik belangrijk in het leven en heb ik actie ondernomen om er te komen? Dat vind ik wel een mooie.” (R1)
		Vragen over emoties/gevoel snel te beantwoorden	“En daarna dacht ik 1, 5, dat gaat over hoe je je op dat moment voelt. Je kunt denk ik vrij snel zeggen voel je je opgewekt of niet, ontspannen of niet.” (R3)
		Vragen over emoties/gevoel zijn makkelijker te beantwoorden - 6	“Nou, omdat emoties vaak makkelijker kunnen worden opgehaald, van’ op dit moment voel ik me opgewekt’. Nou ja, ja of nee.” (R2)
		Vragen over tevredenheid het fijnste om meerdere keren per dag in te vullen	“Nouja, tevredenheid. Ik vond dit stel ik zou zelf de vragen meerdere keren per dag invullen. Dan vond ik dit een van de fijnste vragen. De andere zijn op een manier vormgegeven, maar ik vond dit de fijnste vraag.” (R1)
		Weg naar het doel uitvragen belangrijk	“Ik heb vandaag naar mijn doelen toegewerkt’, vind ik een hele mooie, omdat dat ook laat zien dat het niet allen het doel opzich is, maar ook de weg daarnaar toe die belangrijk is, en dat neem ik ook vaak mee in de gesprekken met cliënten.” (R1)
	Definitie welbevinden	Als je in de flow bent, ben je meer in balans.	“Het is natuurlijk ‘op dit moment’ en dat is net als met ‘ontspannen’. ‘Opgewekt’ en ‘ontspannen’ zijn in de flow zijn, dat laat toch wel vaak zien dat iemand meer in balans is. (R1)
		Belang kleine stappen richting doel	“‘Wat ik heb bereikt’, en dan niet zozeer in hele grote stappen denken, maar eigenlijk elke stap die je dichterbij je doel bent gekomen is ook alweer een mooie stap.” (R1)
		Belang van contact met anderen voor welbevinden is cliëntafhankelijk	“En een goed gevoel over relaties met andere mensen. Ik denk dat dat ook bij welbevinden hoort, dat hoe contact met andere..... Het is ook weer afhankelijk van de cliënt

			natuurlijk. Als je iemand hebt die totaal niet behoefte heeft aan sociaal contact, dan zal dat niet een niet passend zijn.” (R2)
		Complexiteit welbevinden	“Wel heel lastig hoor om zo te ranken. Want ik denk, het een staat ook niet los van het ander.” (R3)
		Focus op doelen kan beter in behandeling	“En ik denk dat we dat nog meer naar voren zouden kunnen halen, soms als we in gesprek 4 zijn en ik vraag wat zijn je doelen? Zullen we daar nog op reflecteren? Dat cliënten soms zeggen ‘ik weet eigenlijk niet zo goed wat mijn doel was’. Dus ik denk als je dat meeneemt, dat het tot ondersteuning kan bieden.” (R1)
		Focus op wat mensen zelf doen	“Die anderen zijn heel erg gericht op controle, wat ze zelf doen. En de laatste is meer de verbinding met andere mensen, wat natuurlijk ook erg belangrijk is, maar in het straatje van de andere vragen vond ik hem er een beetje uitvallen.” (R1)
		Hoe iemand zijn leven ziet belangrijke vraag - 2	“Ik denk vraag 3 dat dat dus een belangrijke is, dus hoe het leven wordt gezien, Iemands welzijn, zeg maar.” (R2)
		Opgewekt zijn is een teken dat het goed gaat met mensen met klachten	“Nou, wat ik vaak zie is dat wanneer mensen ergens mee zitten, met angstklachten of depressie, of dat zij zichzelf terugtrekken, dat zij zich niet lekker in hun vel voelen, dan is opgewekt zijn of energiek zijn vaak een teken dat het goed gaat.” (R1)
		Relaties met andere mensen belangrijk voor welbevinden	“Ja, want je hebt jezelf en je hebt de mensen om je heen, en die interpersoonlijke relaties lijken me ook heel belangrijk voor je welbevinden en hoe je bent in de wereld.” (R4)
		Uitvoeren dagelijkse taken belangrijk voor welbevinden	“En dan denk ik dat het welbevinden, dus hoe iemand op dat moment zijn leven ziet dat dat lager is. dus dat dat een goede indicatie is als iemand niet goed zijn taken kan uitvoeren, dat dat dan een belemmering is in het leven is.” (R2)
		Vraag naar alleen voelen raakt welbevinden goed	“En alleen voelen vind ik dan wel weer heel relevant, want dat is natuurlijk wel een indicatie dat je denkt, hoe erg kan je op welbevinden zitten als je je alleen voelt.” (R5)
		Vraag naar omstandigheden omvat welbevinden goed	“Omdat dat denk ik alle levensgebieden of dus omstandigheden samen neemt en meer een totaalpakketje is.” (R4)
		Vraag over controle weergeeft welbevinden goed	“De regie die eruit spreekt. En wat je dus zelf in kunt zetten voor jou situatie. Dat er je genoeg kan overkomen, maar wat heb jij gedaan

			of wat kun jij doen. Dus dat spreekt ook aan, als je in behandeling bent, over de vaardigheden die je hebt geleerd. En hoe je dat inzet en de zelfstandigheid die wij vragen van onze cliënten, die vond ik daar mooi in terugkomen.” (R4)
		Vraag over tevredenheid is een brede vraag, zegt iets over welbevinden	“Nou ik denk dat voor 1 een beetje hetzelfde geldt als wat ik net zei, ‘op dit moment ben ik tevreden met mijn leven’ is een vrij brede vraag. Dus ik denk als je daar ja op zegt dat dat echt wel iets zegt over hoe je op dat moment in je vel zit.” (R3)
		Vragen over aspecten die minder fluctueren zeggen sterk iets over welbevinden	“En ik denk dat gedachten over jezelf, die fluctueren ook wat minder, dus dat zegt wel heel sterk iets over hoe je in je vel zit. Als je negatief over jezelf denkt, dan zit je automatisch denk ik ook al niet lekker in je vel, terwijl als het overwegend positief is dan kan ik me voorstellen dan je automatisch dus ook ontspanener bent. Misschien juist je dan ook opgewekt voelt.” (R3)
		Vragen van alle drie benaderingen van welbevinden zijn goed	“Ik vind ze alle drie wel goed. Goed over jezelf voelen, goed tevreden zijn met je leven, goed over wie ik ben. Ik denk misschien 9, de middelste, maar ik vind hem wel lastig.” (R2)
		Vragen waarin gevraagd wordt naar het proces waar cliënten in zitten zijn goed	“Ik denk dat het heel helder is voor ze, en dat het houvast geeft in het proces waarin ze zijn. En ik vind het mooi dat er staat ‘naartoe gewerkt’. Dat proces waar ze in zitten, en ook vaak na de behandeling nog niet helemaal klaar zijn, maar dat we ze wel proberen helder te krijgen, wat heb ik nodig, wat wil ik doen, waar heb ik behoefte aan, wat is mijn doel. En eigenlijk daardoor elke dag in te checken van wat heb ik vandaag nodig om in balans te zijn. En dat wordt voor mijn gevoel door deze vraag wel goed onderstreept.” (R1)
		Voor mensen met een negatief zelfbeeld is zich goed voelen een teken van welbevinden	“En nummer 3 ‘ik voel me goed’, ik krijg vaak mensen die heel kritisch zijn op zichzelf, een negatief zelfbeeld hebben. Dan vind ik ‘ik voel me goed over mezelf ook een teken van welbevinden hebben.” (R1)
		Werken aan doelen belangrijk en geeft richting	“Het staat bij ons in de behandeling best wel hoog, het werken aan doelen. Bij elk behandelblok staat het doel centraal. En het maakt het ook behapbaar en geeft richting.” (R1)
		Tevredenheid drukt welbevinden uit - 4	“Ik vind 6 mooi, want ik denk ook als je klachten hebt kun je alsnog leren

		omgaan met die klachten, en kun je ook een tevreden leven hebben” (R1)
	Zelf verantwoordelijkheid nemen belangrijk voor welbevinden	“Omdat ik het heel belangrijk vind dat mensen zelf hun verantwoordelijk nemen, en hier vraag je daar echt naar, want je vraagt echt naar dat jij hebt gewerkt naar je doelen.” (R5)
	Zelfwaardering van belang voor welbevinden - 5	“Maar als je welbevinden wil weergeven dan hoe iemand naar zichzelf kijkt is wel denk ik van belang.” (R2)
Nauwkeurigheid van vragen	Brede vraag niet geschikt voor meerdere keren per dag	“En 3 vind ik leuk voor 1 keer, maar niet voor meerdere keren per dag of per behandeling ofzo.” (R5)
	Brede vragen beter dan specifieke - 2	“‘Ik voel me op dit moment nuttig’, ‘Ik heb het gevoel dat ik ertoe doe’. 6 is wat specifiek. En ik denk dat ik hem heb gerankt van breed naar specifiek. (R3)
	Bredere vragen minder makkelijk te beantwoorden - 7	“En het leven opnieuw doen. Dat is een hele hele, hele grote vraag, want ik denk als iedereen terugkijkt op zijn leven, dan zou er altijd wel... dus vandaar dat ik dat het minst goed vind reflecteren.” (R2)
	Brede vragen zijn lastiger frequenter te meten - 2	Waar 6 meer ook een grotere vraag is en je die minder frequenter kan meten. Een lastigere vraag om in te vullen.” (R4)
	Concrete vragen goed te beantwoorden door cliënt - 2	“Dus ik denk ‘tot nu toe is vandaag een goede dag geweest’ is echt een hele concrete vraag. Dus in die zin denk ik dat cliënten hem goed te beantwoorden vinden. En daar gaat het om, over welke vraag cliënten bereid zijn om in te vullen.” (R3)
	Concrete vragen nodig om abstractere vraag te beantwoorden	“Voor mijn gevoel heb je de anderen nodig om nummer 2 te bereiken.” (R1)
	Eudaimonische vragen lastiger om vaker te stellen	“Dat is hier iets moeilijker, maar ik denk dat het makkelijker is om... want dit zijn vrij grote onderwerpen ook.” (R2)
	Aspecifieke vragen zijn minder goed	“En die 5 staat voor mij ook wat meer onderaan, omdat ja, ‘tot nu toe is vandaag een goede dag geweest’. Nou ja, dit ging goed, dat ging niet zo goed, dat je dan weer in die afweging terecht kunt komen of het negatieve de overhand kunt laten hebben. Waardoor die ook een beetje onspecifiek is misschien.” (R4)
	Specifieke vragen beter bij momentopname	“Want als je echt wil kijken naar de momentopname, dan heb ik hem ruimer genomen. En dan zouden 4 en 1 boven 2 komen.” (R4)
	Specifieke vragen beter dan brede vragen - 3	Ja, omdat het gewoon over vandaag gaat, want ik kan vandaag best een goeie dag hebben en een goed welbevinden hebben, maar ik ben nog

			niet helemaal tevreden over wat ik 3 jaar geleden heb gedaan.” (R5)
		Vragen naar identiteit zijn te groot	“Wie ik ben is dan eigenlijk weer te groot omdat het weer iets over identiteit zegt, terwijl je heel erg bezig bent met gewoon doen.” (R5)
		Vraag over tevredenheid is een brede vraag, zegt iets over welbevinden	“Nou ik denk dat voor 1 een beetje hetzelfde geldt als wat ik net zei, ‘op dit moment ben ik tevreden met mijn leven’ is een vrij brede vraag. Dus ik denk als je daar ja op zegt dat dat echt wel iets zegt over hoe je op dat moment in je vel zit.” (R3)
		Vragen moeten concreet zijn - 4	“Ja, dat weet ik ook niet zo goed, want het is op zich wel een mooi iets ‘ik voel me goed over wie ik ben’. Maar voor mijn gevoel zijn de anderen net iets concreter en laten ook meer een weg zien.” (R1)
	Onzekerheden bij meten welbevinden	Emotie zegt meer over welbevinden dan alleen het proces	“Ik denk dan dat 4, ‘Ik voel me trots over wat ik heb bereikt sinds mijn vorig meetmoment’, misschien wat meer zegt over welbevinden dan ‘sinds mijn vorige meetmoment heb ik naar mijn doelen toegewerkt’. Dat zegt misschien eerder iets over het proces waar iemand in zit, dus ben ik ermee bezig geweest.” (R3)
		Goede omstandigheden zeggen niet per se iets over de tevredenheid	“Ik denk ‘omstandigheden zijn goed’, maar dat betekent nog niet dat ik daar tevreden over hoeft te zijn. Het kan goed zijn maar dat ik nog steeds denk van dat dat niet overtuigend welbevinden zal uitdrukken. Want je zou ook kunnen zeggen ‘de omstandigheden waarin ik leef zijn goed maar ik ben alsnog ongelukkig’.” (R1)
		Hedonische (tevredenheid) vragen lastig op meerdere meetmomenten te stellen	“Dus ik denk dat deze allemaal lastig zijn om op meerdere meetmomenten mee te nemen.” (R1)
		Nuttigheid geeft minder informatie over welbevinden	“Vind ik meerzeggend of meer informatie geven dan ‘ik voel me op dit moment nuttig’, omdat daar ook meer externe factoren een rol in spelen, of je bezig bent met werk.” (R4)
		Obstakels bij focus op doelen in herhaalde metingen	“Ja dan 3, want als ik er even van uit ga als cliënt zijnde, of ik zou zelf een vragenlijst moeten doen, en ik krijg steeds te horen of ik aan mijn doelen heb gewerkt dat ik faalangst zou krijgen. Omdat er zo vaak gerefereerd aan wordt.” (R5)
		Obstakels bij het vaker per dag beoordelen van de dag - 4	“Het leek me een vraag die ze goed zouden kunnen beantwoorden op zo’n moment. Ik denk alleen dat het misschien ook wel lastig is als je dat meerdere keren krijgt op een dag.” (R1)

		Obstakels bij vragen naar identiteit - 2	“Over wie ik ben? Goh, als dat elke dag 3 keer wordt gevraagd, dan krijgen we een andere diagnose erbij gok ik. Lijkt me niet gezond als dat zo vaak veranderd.” (R5)
		Obstakels bij vragen naar zingeving	“Terwijl ik vind, 7 en 6, ja voor veel mensen hebben gewoon weinig zingeving, of dat is een van de problemen waarvoor ze komen. Ja, eigenlijk is het toch de volgorde 6-7, want 7 ‘op dit moment of ik ertoe doe’ en ik moet 3 keer per dag aanwijzen dat ik er niet toe doe, ja jemig he. Dan word je ook wel depressiever en de gedachte aan de dood komen dichterbij. (R5)
		Onzekerheid over beoordelen van activiteiten tussen meetmomenten - 5	“Ik ben trots over wat ik heb bereikt sinds mijn vorige meetmoment.. Ik denk dat dat heel erg moeilijk is om daar iets over te zeggen, omdat je dan ervan uitgaat dat iemand wat heeft gedaan in die tussentijd.” (R2)
		Onzekerheid over interpretatie van ‘alleen voelen’	“Reflecteert dat dan eenzaamheid, zeg maar dus dat iemand op dat moment. Ik las hem op een andere manier. Maar als je hem leest van: ik voel me op dit moment alleen, als zijnde: ik ben alleen maar dat wil ik niet zijn. Dan zou dat wel een negatieve invloed hebben op iemands welbevinden en hoe iemand zijn leven zou scoren.” (R2)
		Onzekerheid over interpretatie van omstandigheden	“Ik denk dat mensen die zich in moeilijke omstandigheden bevinden er eerder slechter op zullen scoren, stel iemand ligt in scheiding, of heeft een erge ruzie, dan hebben ze daar natuurlijk weinig controle over. Dus over mijn situatie, denk ik dat ze kunnen interpreteren als mijn omstandigheden. En zelf zou ik hem meer interpreteren, als ik heb het heft in eigen handen, ik heb controle over mijn leven, hoe ik met dingen omga. Als je hem zo zou interpreteren vind ik het een hele mooie, dus daar zit ik een beetje over te twijfelen.” (R3)
		Onzekerheid over variatie in vraag over dagelijkse taken	“Nou 5 kan ik me ook voorstellen dat het fluctueert, maar ik kan me voorstellen dat dat niet altijd... Ik beeld me dan in dat cliënten dan zeggen van: Ja ja, de dagelijkse dingen dat lukt nog wel. Dat heb ik een beetje in mijn achterhoofd zitten. (R3)
		Onzeker of gevoel van nuttigheid welbevinden reflecteert	“Nee, want ik heb meerdere cliënten die willen zich nuttig voelen. En als ze dan niet werken, zijn ze bijvoorbeeld niet nuttig, vinden ze zichzelf niet nuttig. Dat is ook een

			soort construct wat misschien bij de stoornis hoort van of mensen zich wel of niet nuttig vinden voelen. En ik vraag me af of dat of je dan echt welbevinden pak daarmee.” (R2)
		Onzekerheid over relatie ontspannenheid en welbevinden - 4	“Ik denk 5, ontspannen, alleen is ontspannen, niet per se een gradatie van welbevinden, want of je je wel of niet ontspannen voelt, dat kan ook aan andere dingen liggen, dus met een vraagteken.” (R2)
		Verschil in vragen naar zelfbeeld en welbevinden	“Nou, de andere kunnen ook heel erg gaan over zelfbeeld, dus ‘op dit moment voel ik me goed over wie ik ben’ en ‘mijn gedachten over mezelf zijn nu positief/negatief’. Ik kan me voorstellen dat dan zegt: Het gaat over het algemeen een heel stuk beter. Ik heb mezelf weer beter in balans, mijn stemming is verbeterd of ik heb minder last van angstklachten, maar ik ben nog steeds wel heel onzeker over uiterlijk/innerlijk. Dus zeker die laatste vraag, ‘mijn gedachten over mezelf zijn nu’, ik kan me voorstellen dat dat heel erg geïnterpreteerd wordt als zelfbeeld.” (R3)
		Vraag naar opgewektheid raakt welbevinden minder goed	“Het opgewekt voelen vind ik... Het gaat natuurlijk wel over je goed voelen, maar dat vind ik meer over emotie gaan dan over toestandsbeeld.” (R5)
	Relevantie	Alle hedonische (plezier/geluk) vragen goed te beantwoorden, relevantie voor cliënt belangrijk	“Ik denk dat eigenlijk al die vragen heel goed te beantwoorden zijn, dus ik vind daar ook niet heel veel verschil in zitten, en heb het ook nog een beetje op relevantie gedaan. Zo van, hoe relevant zou een cliënt die vraag vinden. Zo heb ik denk ik gekeken.” (R3)
		Bij variabele aspecten zijn meerdere metingen nuttig - 4	“Maar mocht het zijn over dingen die meer variëren dan zou meerdere keren per dag ook nuttig zijn. Ook voor die cliënt om te meten, dus dat er wel een soort van belang bij zit.” (R2)
		Dagelijkse metingen geven veel informatie	“Maar het zou wel interessant zijn om te weten hoe iemand zich 's ochtends, 's middags en 's avonds zou voelen. Ik denk dat dat wel veel informatie zou geven.” (R2)
		Dagelijkse metingen intensief	“Maar dat is dus wel heel intensief en ik vraag me af of het haalbaar is om dat de hele behandeling te doen.” (R2)
		Eudaimonische aspecten komen terug in behandeling	“Ja, het zijn wel dingen die ik vaak tegenkom, of die ik benoem.” (R1)
		Ontspannenheid relevant onderwerp voor cliënten	“Nou, omdat het een onderwerp binnen de behandeling is. ‘Ik voel me

		gestrest of gespannen, angstig', ik wil me niet zo voelen, dus daar gaat ook veel aandacht naartoe. Hoe je rust kunt pakken, hoe je bij jezelf incheckt. Dus ik denk dat die spanning/ontspanning een vraag is die voor cliënten spreekt. Ik denk dat het tegelijkertijd een moeilijke vraag is, want je moet ervoor bij jezelf inchecken." (R4)
	Onzekerheid over nuttigheid cognitieve vragen bij dagelijks vaker meten	"De vraag is alleen dus of je daar echt variatie in gaat krijgen, omdat dat emoties fluctueren, maar misschien echt wat meer gedachtegang, dus hoe iemand tegen zichzelf aankijkt dat dat wat stabiel is, dus dat dat misschien minder nuttig is om het vaker te meten. Maar ik denk wel dat het zou kunnen." (R2)
	Relevantie van vragen kan afnemen als deze meerdere malen per dag wordt gesteld	"Soms heb je dan dat je cliënten hoort praten, dat je denkt mij lijkt dat een hele zinvolle vraag. Maar als ik me dan bedenk dat cliënten dat meerdere keren per dag beantwoorden denk ik dat ze dat minder relevant zullen vinden." (R3)
	Uitvoeren dagelijkse taken belangrijk voor cliënten	"Ik denk dat cliënten de vraag 'vandaag ben ik goed in staat dagelijkse taken uit te voeren' ook wel belangrijk zullen vinden, want het gaat er natuurlijk wel om dat je mee kunt draaien in het dagelijks leven en dat je wel in staat bent om dingen te doen." (R1)
	Vragen moeten nuttig zijn voor de cliënt - 2	"Maar het moet wel iets toevoegen, dus er moet wel gevraagd worden naar dingen waar de cliënt dan iets aan heeft." (R2)
	Vragen naar aspecten die niet fluctueren minder nuttig	"Als je het hebt over bijvoorbeeld vraag drie, 'als ik mijn leven opnieuw mocht doen, dan zou ik haast niet veranderen'. Ik verwacht dat dat niet fluctueert tussen 10 uur 's ochtends en 3 uur 's middags. Dus zo heb ik het bekeken." (R3)
	Vraag over doelen geeft behandelaars inzicht	"Dat is denk ik zeker een zinvolle vraag als het gaat over een vragenlijst die behandelaars ook in kunnen zien, want als dat niet zo is dan zegt dat natuurlijk ook wel iets over hoe iemand erbij zit. Maar ik denk dat het daar aan ligt, dat ik denk 4 zit der dan al in. Dat gaat ook over dat trotse gevoel, dus daar zit die al een beetje in verweven, dus dan vind ik die andere vragen belangrijker." (R3)
	Vragen over gevoel relevant voor cliënten	"Want 2, 3 en 6 gaat wel over je gevoel, en ik denk dat cliënten dat heel relevant vinden, van hoe voel je je op dat moment." (R3)

		Vragen formuleren als 'op dit moment' maakt ze passender - 3	“Ik voel me vandaag alleen’, ‘ik voel me op dit moment alleen’ zou ik daar dan van maken. Ik denk dat het dan wat beter aansluit.” (R1)
Meetbaarheid vragen	Onzekerheden bij schaalgebruik	Complexiteit van schuifbalk in vergelijking met Likertschaal	“En ik denk dat het schuifbalkje lastiger is dan het bolletje. Maar dat je daar wel goeie nummers uit krijgt. Maar wat is het verschil tussen 53 en 55. Dat valt misschien in hetzelfde bolletje als enigszins mee eens.” (R4)
		Gevoelens lastig uit te drukken in nummers	“Want het is moeilijk om te zeggen, hoeveel procent ben ik het er nu mee eens, bij hoeveel procent voel ik me nou opgewekt? Maar als je gewoon zegt oneens/eens, dan kan iemand zelf zeggen, nou ja, ik voel me er wel zo erg mee eens, dus ik denk dat dat zou mijn voorkeur hebben.” (R2)
		Meer nuance bij gebruik smileys - 2	“Dus misschien moet je niet swipen, en alleen maar op een smiley drukken, maar aan de andere kant denk ik dat mensen dan ook wel weer denken, Ach ik doe altijd in het midden.” (R5)
		Neutrale optie niet van toepassing - 3	“Maar dan is de vraag, bij de vraag, ‘vandaag voel ik me goed over mezelf’. Daar is niet echt een neutrale optie voor.” (R2)
		Obstakels gebruiken schuifschaal	“Nou ik denk het eigenlijk niet, dus dit is meer een persoonlijke keuze. Maar dan zou ik daar ook op terugkomen op wat er makkelijker is op in te vullen.” (R4)
		Twijfel over verschil tussen schalen	“Maar of het nou echt zoveel verschil maakt weet ik niet hoor. Want ik denk als het een gesloten vraag is, de mensen met een angststoornis zie je altijd aan de rechterkant die hebben het altijd hoog. En veel mensen zitten altijd in het midden die kunnen niet kiezen. De perfectionisten zitten meestal in het midden, dus echt de diagnoses aan de achterkant die bepalen ook een deel over hoe vragenlijsten worden ingevuld. Dus ik denk dat je dat ook op de andere schalen zou krijgen.” (R5)
		Veel opties in schalen onwenselijk	“Ja, en ook veel meer opties, vind ik ook moeilijk, Oh, dit vinden mensen heel ingewikkeld. ‘ben ik het er een beetje mee eens’, ‘ben ik het er niet mee eens’. Het roept veel meer op qua gedachte.” (R5)
		Veel tekst in schalen onwenselijk	“Veel meer tekst.” (R5)
		Visuele schaal geeft meer nuance	“Dan kies je gewoon een antwoordoptie, en dan zie je hoe vaak je het daarmee eens bent geweest en dat heb je natuurlijk minder op een schuifje. En op die kleuren, daar zie je denk ik wat meer nuances in.” (R1)

		Weerstand tegen vijfpuntsschaal - 2	“Nee. Nee, nee die krijgen ze al heel vaak, ook op de grote-schaal vragenlijsten.” (R5)
		Zevenpuntsschaal te onoverzichtelijk - 2	“Zeven wordt dan alweer te uitgebreid, wel goeie informatie, maar ook misschien minder accuraat” (R4)
Voorkeuren bij schaalgebruik		Antwoordopties schuifschaal flexibeler dan vragen met categorieën	“Ja, als je het soms even snel invult, dan is het soms 50 en dan weer 60. En als je categorieën hebt is het iets afgebakender.” (R1)
		Gesloten vraag of schaalvraag bij dagelijks meerdere metingen	“Ja, ik denk dat als het een gesloten vraag is dat het alweer makkelijker en sneller te beantwoorden is voor cliënten dan wanneer het echt een open vraag is, dus ik kan me voorstellen dat wanneer het echt een gesloten vraag is met ja/nee of een soort schaalvraag waarbij ze een cijfer kunnen geven aan hun welbevinden, wat ik me zo kan voorstellen wat kan passen bij dat soort vragen. Ik denk dat dat het makkelijkste in te vullen is als iets dus meerdere keren per dag wordt gevraagd.” (R3)
		Neutrale optie in Likertschaal	“Ja, het mooie daaraan is dus dat er wel echt een neutrale optie tussen zit en dat is bij de schaal-vraag niet, dan is het gewoon helemaal niet en helemaal wel.” (R2)
		Schalen met cijfers zijn beter	“We hebben een keer een vragenlijst gehad waarbij ze met een schakelaar, zo’n schuifje moesten doen. En toen konden ze van 0 tot 10. En dat vonden ze heel lastig, dus dat ze dan toch liever met cijfers willen werken.” (R1)
		Tekst beter dan smileys	“Ik zou de tekst er wel beter bij vinden. Dus een bolletje van ‘helemaal me eens’ in plaats van dat je er een groen gezichtje invult.” (R4)
		Verschillen in voorkeur voor schaal bij cliënten	“Ik denk dat het verschillend is per cliënt. Sommigen vinden het heel lastig om er een cijfer aan te geven, en sommige vinden vragen als matig of veel vinden ze soms ook heel lastig om daar een onderscheid in te maken.” (R3)
		Visuele schaal is gebruiksvriendelijk - 2	“Terwijl bij die smileys denk ik, oh hoe voel ik me, swipen. Dus ja het raakt iets anders aan denk ik. En dit is voor elk niveau van intelligentie ook haalbaar.” (R5)
		Visuele schaal persoonsafhankelijk, maar geeft mogelijk herkenning	“Ja ik vind dat ook wel een mooie, ik denk dat dat wel persoonsafhankelijk is, maar ik kan me wel voorstellen dat mensen het binnen de behandeling fijn vinden om te werken met een signaleringsplan waar dan rood, geel

			en groen naar voren komt. Dus ze zijn ook wel een beetje gewend aan die kleurtjes.” (R1)
		Voorkeur voor schaal met smileys - 2	“En met smileys, zou ik dan wel lekker vinden, als ik dan met gekleurde smileys mag reageren, dat zou mijn drempel verlagen. (R5)
		Voorkeur voor schuifschaal, door mogelijkheid nuance	“Ja de nuance die je er in kunt brengen.” (R4)
		Voorkeur voor slider zonder nummers - 4	“Dus dat, maar de sliders zonder de indicatie maar alleen dus van eens naar oneens.” (R2)
		Voorkeur voor vijfpuntsschaal - 3	“Ik neig toch naar ‘helemaal mee eens/helemaal mee oneens’, een soort van vijfpuntsschaal bijvoorbeeld.” (R1)
		Voorkeur voor 0 tot 100 schaal met cijfers	“Een schaal van 0 naar 100 vind ik ook wel wat hebben, want je hebt wel dat je het kan schuiven, maar ook nog het cijfer eraan gekoppeld, dat is denk ik ook een mooie.” (R1)
		Voorkeur voor zevenpuntsschaal	“Dat maakt het uitdagend. Dus voor de invulvriendelijkheid de zevenpuntsschaal.” (R4)