

# ZiekteCognitieLijst-plus

(ZCL-plus)

	niet	een beetje	in sterke mate	helemaal
	1	2	3	4
1. Ik heb met mijn ziekte leren leven.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mijn ziekte weerhoudt me ervan om te doen wat ik graag zou willen doen.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Mijn ziekte heeft me geholpen te realiseren wat belangrijk is in het leven.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ondanks mijn ziekte span ik me tot het uiterste in om de activiteiten waar ik mee bezig ben, te blijven doen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ik vind dat anderen beslissen over mijn ziekte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Extra rust nemen leidt tot vermindering van de klachten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ik maak me zorgen over hoe het met de ziekte in de toekomst gaat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ik kan goed met mijn ziekte omgaan.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Door mijn ziekte mis ik de dingen die ik het liefst doe.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Mijn ziekte heeft me geleerd meer van het moment te genieten.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Ondanks mijn ziekte span ik me tot het uiterste in om de activiteiten waar ik mee bezig ben, goed te doen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Ik ben bang dat de dokter iets over het hoofd ziet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Door drukte te ontlopen verminderen mijn klachten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Ik verwacht dat mijn ziekte zal verergeren.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Ik kan mijn ziekte goed accepteren.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Mijn ziekte beperkt me in alle dingen die belangrijk voor me zijn.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Door mijn ziekte ben ik mijn leven meer gaan waarderen.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Ondanks mijn ziekte span ik me tot het uiterste in om de activiteiten waar ik mee bezig ben, af te maken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Ik ben bang dat ik een ernstige ziekte onder de leden heb.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Afleiding helpt mij om met mijn ziekte om te gaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Ik verwacht dat ik door mijn ziekte afhankelijk wordt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Ik kan de problemen die de ziekte met zich meebrengt, aan.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Ik heb een heleboel geleerd van mijn ziekte.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Door mijn ziekte voel ik me vaak hulpeloos.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Ondanks mijn ziekte doe ik de dingen liever zelf dan dat ik hulp vraag.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Door mijn ziekte kijk ik anders naar mijzelf.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Ik heb de beperkingen van mijn ziekte leren aanvaarden.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Mijn ziekte geeft me soms het gevoel nutteloos te zijn.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Achteraf gezien hebben er door mijn ziekte ook positieve veranderingen in mijn leven plaatsgevonden.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Ik denk dat ik de problemen van de ziekte aankan, zelfs als ziekte erger wordt.*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Ik vind dat anderen in mijn omgeving mijn ziekte begrijpen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Het lukt mij op om over mijn ziekte te praten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# Scoring van de ZiektecognitieLijst-plus

(ZCL-plus)

van Driel, D., Hanssen, D., Hilderink, P., Naarding, P., Lucassen, P., Rosmalen, J. & Voshaar, R. O. (2016). Illness Cognitions in Later Life: Development and Validation of the Extended Illness Cognition Questionnaire (ICQ-Plus). *Psychological Assessment, 28*, 9, 1119-1127.

\* Items afkomstig uit de oorspronkelijke ZCL

Evers, A.W., Kraaimaat, F.W., van Lankveld, W., Jongen, P.J.H., & Bijlsma, J.W.G. (2001). Beyond unfavorable thinking: The Illness Cognition Questionnaire for chronic diseases. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69*, 1026-1036.

Acceptance	1, 8, 15, 22, 27, 30, 31
Helplessness	2, 9, 16, 24, 28
Disease benefits	3, 10, 17, 23, 29
Perseverance	4, 11, 18, 25
Illness Anxiety	5, 12, 19, 26, 32
Avoidance	6, 13, 20
Catastrophizing	7, 14, 21