

# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

0 = geen last      1 = weinig last      2 = last      3 = veel last      4 = zeer veel last

Energie / vermoeidheid	0	1	2	3	4
Concentratie / geheugen	0	1	2	3	4
Stemming / emoties	0	1	2	3	4
Pijn / ongemak	0	1	2	3	4
School / studie / werk	0	1	2	3	4
Dagelijkse activiteiten	0	1	2	3	4
Vrije tijd / ontspanning	0	1	2	3	4
Relaties (partner/omgeving)	0	1	2	3	4