

## Werk veerkracht schaal (ReWoSS-24)

### Individuele werk veerkracht (ReWoSS A)

Hoe vaak heeft u in de afgelopen twee weken OP HET WERK één of meer van de volgende situaties of gevoelens ervaren? (Zet een kruisje bij het antwoord dat het beste overeenkomt met uw situatie)

|                                                        | Helemaal<br>niet         | Verscheidene<br>dagen    | Meer dan de helft<br>van de dagen | Bijna elke<br>dag        |
|--------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| 1. U gezond voelen op het werk?                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 2. Lekker in uw vel zitten op het<br>werk?             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 3. Uitgerust aan het werk zijn?                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 4. U assertief voelen?                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 5. Zelfvertrouwen hebben?                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 6. Flexibel zijn?                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 7. Een gevoel van controle<br>hebben?                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 8. Fouten durven maken?                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 9. U optimistisch voelen?                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 10. Vertrouwen dat U goed kan<br>omgaan met tegenslag? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 11. Een veilig gevoel?                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 12. Relativeringsvermogen<br>hebben?                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 13. Grenzen kunnen stellen?                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 14. Werkplezier ervaren?                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 15. Goed kunnen omgaan met<br>uitdagingen op het werk? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 16. doorzettingsvermogen<br>hebben?                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 17. Verantwoordelijkheidsgevoel?                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |
| 18. planmatig werken?                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>          | <input type="checkbox"/> |

Score \_\_\_\_\_ \*0                      + \_\_\_\_\_ \*1                      + \_\_\_\_\_ \*2                      + \_\_\_\_\_ \*3

= Totale score: \_\_\_\_\_

A 19 Als u een of meerdere van deze situaties of gevoelens heeft aangekruist, hoe behulpzaam waren deze u om uw werk te doen, of om te gaan met uw collega's?

| Helemaal niet behulpzaam | Enigszins behulpzaam     | Niet behulpzaam en niet onbehulpzaam | Erg behulpzaam           | Extreem behulpzaam       |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

### Team werk veerkracht (ReWoSS B)

Hoe vaak heeft u in de afgelopen twee weken OP HET WERK één of meer van de volgende situaties of gevoelens ervaren?

(Zet een kruisje bij het antwoord dat het beste overeenkomt met uw situatie)

|                                            | Helemaal niet            | Verscheidene dagen       | Meer dan de helft van de dagen | Bijna elke dag           |
|--------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| 1. Goede teamgeest?                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> |
| 2. Positief uitgedaagd worden op het werk? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> |
| 3. Ruimte voor humor op de werkplek?       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> |
| 4. Voldoende werkbegeleiding?              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> |
| 5. Waardering ervaren op het werk?         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> |
| 6. Duidelijke taken hebben op het werk?    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> |

Score                                      \_\_\_\*0                                      + \_\_\_\*1                                      + \_\_\_\*2                                      + \_\_\_\*3

= Totale score: \_\_\_\_\_

B 7 Als u een of meerdere van deze situaties of gevoelens heeft aangekruist, hoe moeilijk maakten deze problemen het dan voor u om uw werk te doen, of om te gaan met uw collega's?

| Helemaal niet moeilijk   | Enigszins moeilijk       | Niet moeilijk en niet makkelijk | Erg moeilijk             | Extreem moeilijk         |
|--------------------------|--------------------------|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

# Werk veerkracht schaal (ReWoSS-24)

## Doel

Het doel van de werk veerkracht schaal (ReWoSS – 24) is om in kaart te brengen in welke mate een werknemer kenmerken van individuele en teamveerkracht ervaart.

## Toepassing instrument

De ReWoSS – 24 bestaat uit 24 items, verdeeld over twee sub-schalen. Schaal A gaat over kenmerken van individuele veerkracht en bestaat uit 18 items. Items 1-3 betreffen algemeen welbevinden, items 4-15 betreffen welbevinden op het werk en items 16-18 betreffen tevredenheid met de wijze van werken. Schaal B gaat over kenmerken van team veerkracht en bestaat uit 6 items.

### *Gebruik in de praktijk:*

De vragenlijst kan door werknemers zelf worden ingevuld. Het kost ongeveer vijf minuten om de vragenlijst in te vullen

### *Scores/uitkomsten:*

Per sub-schaal wordt een somscore berekend door de items 1 t/m 18 in Schaal A en 1 t/m 6 in Schaal B op te tellen. Scoor 'helemaal niet' als '0', 'verscheidene dagen' als '1', 'meer dan de helft van de dagen' als '2' en 'bijna elke dag' als '3'.

In Schaal A kunnen maximaal 54 punten gescoord worden; in schaal B kunnen 18 punten gescoord worden. Een hoge score op de sub-schaal A is een indicatie dat er sprake is van individuele veerkracht op het werk. Een hoge score op de sub-schaal B is een indicatie van veerkracht ervaren door de werknemer vanwege het team. De extra vragen A19 en B7 exploreren of het werk functioneren profiteert van het niveau van individuele dan wel team gerelateerde werk veerkracht.

## Doelgroep

De vragenlijst is bedoeld voor werknemers in alle branches.

## Ontwikkelaars

De vragenlijst is ontwikkeld door dr. Iman Elfeddali en prof. dr. Christina van der Feltz-Cornelis. © C.M. Van der Feltz-Cornelis, I.E. Elfeddali. University of York, Tilburg University

## Validatie

De vragenlijst is in het Engels gevalideerd en gepubliceerd.

## Citeer bij gebruik van de ReWoS-24 de volgende publicaties:

*Elfeddali I, Jacobs E, van der Feltz-Cornelis CM. Harmful and benign work stress and work resilience: A Delphi-study in employees and experts. The European Journal of Psychiatry 2022, ISSN 0213-6163, doi: 10.1016/j.ejpsy.2022.05.002.*

*Jennifer Sweetman, Christina M van der Feltz-Cornelis, Iman Elfeddali, Edwin de Beurs. Validation of the work stress screener (WOSS-13) and resilience at work scale (ReWoS-24), Journal of Psychosomatic Research, 2022;160,110989, ISSN 0022-3999, <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2022.110989>.*