

Response to Positive Affect Scale (RPA)

Mensen denken en doen heel wat verschillende dingen wanneer ze zich blij voelen. Gelieve elk van de onderstaande uitspraken te lezen en aan te geven of je bijna nooit, soms, vaak, of bijna altijd datgene denkt of doet wat in elke uitspraak staat beschreven, **wanneer je je blij, gelukkig, opgewonden, of enthousiast voelt**. Gelieve aan te geven wat je dan doorgaans doet, niet wat je denkt dat je zou moeten doen.

	Bijna nooit	Soms	Vaak	Bijna altijd
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak merk je dan op hoe je je vol energie voelt?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak geniet je dan van dat moment?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan "Ik krijg alles wat ik wil bereiken voor mekaar"?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan aan hoe je het gevoel hebt alles aan te kunnen?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan "Ik leef helemaal naar mijn kunnen en mogelijkheden"?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan "Dit is te mooi om waar te zijn"?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan aan hoe blij en gelukkig je je voelt?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan aan hoe sterk je je voelt?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan aan dingen die verkeerd zouden kunnen gaan?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak herinner je jezelf er dan aan dat deze gevoelens niet zullen blijven duren?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan "Mensen zullen denken dat ik aan het opscheppen ben"?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan aan hoe moeilijk het is je te concentreren?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan "Ik slaag erin alles te bereiken"?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan "Ik verdien dit niet"?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan "Ik heb nu gewoon geluk gehad, en dat moment van geluk zal wel snel voorbij zijn"?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan aan hoe trots je bent op jezelf?				
Wanneer je je blij/gelukkig voelt, hoe vaak denk je dan aan dingen die niet goed zijn gegaan voor jou?				

Referenties

- Kraiss, J. T., ten Klooster, P. M., Chrispijn, M., Stevens, A. W., Kupka, R. W., & Bohlmeijer, E. T. (2019). Psychometric properties and utility of the Responses to Positive Affect questionnaire (RPA) in a sample of people with bipolar disorder. *Journal of clinical psychology, 75*(10), 1850-1865. doi: 10.1002/jclp.22819
- Raes, F., Daems, K., Feldman, G. C., Johnson, S. L., & Van Gucht, D. (2009). A psychometric evaluation of the Dutch version of the responses to positive affect questionnaire. *Psychologica Belgica, 49*(4), 293. doi: 10.5334/pb-49-4-293
- Feldman, G. C., Joormann, J., & Johnson, S. L. (2008). Responses to positive affect: A self-report measure of rumination and dampening. *Cognitive therapy and research, 32*(4), 507. doi: 10.1007/s10608-006-9083-0