

## Coping\_NL

### Coping Scale

© Carolien Rieffe, Developmental Psychology, Leiden University, the Netherlands

Wright, M., Banerjee, R., Hoek, W., Rieffe, C., & Novin, S. (2010). Depression and social anxiety in children: Differential links with coping strategies. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38, 405-419.

Pouw, L.B.C., Rieffe, C., Stockmann, L., & Gadow, K.D. (2013). The link between emotion regulation, social functioning, and depression in boys with ASD. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7, 549-556.

Stel je voor dat je een probleem hebt, of een hele vervelende situatie meemaakt. Jij voelt je hier erg vervelend over. Wat zou je doen?

	(Bijna) nooit	Soms	(Bijna) altijd
1. Dan probeer ik verschillende oplossingen te bedenken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Dan vertel ik een vriend of iemand van mijn familie wat er is gebeurd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Dan ga ik iets kapot maken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Dan ga ik gillen of schreeuwen om stoom af te blazen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Dan maak ik me daar zorgen over	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Dan ga ik aan een vriend(in) of iemand van mijn familie vragen wat hij/zij zou doen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Dan denk ik dat het niet zo'n groot probleem is	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Dan doe ik iets zodat het weer goed komt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Dan praat ik met iemand over hoe ik me erdoor voel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Dan vergeet ik het gewoon	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Dan ga ik heel hard schelden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Dan vind ik het zielig voor mezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Dan doe ik iets anders waardoor ik het vergeet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Dan ga ik iets anders doen om er niet aan te denken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Dan doe ik iets om het goed te maken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Dan zeg ik tegen mezelf dat het niet belangrijk is	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Dan word ik boos en ga ik met iets gooien of iets slaan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Dan ben ik bang dat anderen slecht over me gaan denken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Dan ga ik televisie kijken of een boek lezen, zodat ik aan iets anders kan denken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Dan denk ik na over wat ik kan doen of zeggen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Dan vraag ik iemand van mijn familie om advies	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Dan houd ik mezelf bezig met andere dingen, zodat ik me geen zorgen maak over het probleem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Dan zeg ik tegen mezelf dat het probleem niet erg belangrijk is	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Dan doe ik iets om de situatie te veranderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Dan zoek ik hulp bij iemand van mijn familie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	(Bijna) nooit	Soms	(Bijna) altijd
26. Dan zou ik zeggen dat het me niet kan schelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Dan ga ik stampen of met deuren slaan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Dan ben ik steeds bang dat het weer gaat gebeuren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Dan vind ik veel andere dingen om aan te denken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Dan denk ik dat het helemaal niet erg is	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Dan maak ik een plan van wat ik ga doen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Dan let ik niet op het probleem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Dan denk ik er zoveel aan dat ik niet kan slapen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Dan bedenk ik een oplossing voor het probleem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>