

**SCALE FOR SOCIAL COMPARISON ORIENTATION (INCOM, Iowa-Netherlands Comparison Orientation Scale)  
Dutch version**

**Primary references:**

Gibbons, F.X. & Buunk, B.P. (1999). Individual differences in social comparison: The development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 129-142.

Buunk, B.P., Belmonte, J., Peiró, J.M., Zurriaga, R., & Gibbons, F.X. (2005). Diferencias individuales en la comparación social: Propiedades de la escala española de orientación hacia la comparación social. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37, 561-581.

Buunk, A.P., & Gibbons, F.X. (2006). Social comparison orientation: a new perspective on those who do and those who don't compare with others. In Guimond, S. (Ed.) *Social Comparison and Social Psychology: Understanding cognition, intergroup relations and culture* (pp. 15-33). Cambridge: Cambridge University Press.

**Antwoord schaal voor elk item:**

1. sterk mee oneens
2. gedeeltelijk mee oneens
3. niet oneens, niet eens
4. gedeeltelijk mee eens
5. sterk mee eens

**Hercoderen:** items 6 en 10

**Verkorte versie:** items 1, 3, 4, 6, 7, 11

*De meeste mensen vergelijken zichzelf van tijd tot tijd met anderen. Zij vergelijken bijvoorbeeld hoe ze zich voelen, wat zij van iets vinden, wat ze kunnen, of hoe ze eraan toe zijn met anderen. Er is op zichzelf niets 'goeds' of 'slechts' aan dit soort vergelijkingen, en sommige mensen doen dit vaker dan anderen. Wij zouden graag willen weten hoe vaak u zich vergelijkt met andere mensen. Om dat te doen, willen wij u vragen om aan te geven in hoeverre u het met elk van de volgende vragen eens bent.*

1. Ik vergelijk mijzelf vaak met anderen wat betreft hetgeen ik in het leven bereikt heb.
2. Als ik wil weten hoe iets zit, probeer ik erachter te komen wat anderen ervan vinden.
3. Ik let er altijd erg op hoe ik dingen doe in vergelijking met anderen.
4. Ik vergelijk de situatie van mensen om wie ik geef (b.v. partner, familieleden) vaak met die van anderen.
5. Ik wil altijd graag weten wat anderen in een vergelijkbare situatie zouden doen.
6. Ik ben niet het type persoon dat zich vaak met anderen vergelijkt.

7. Als ik wil weten hoe goed ik iets heb gedaan, ga ik na hoe anderen het ervan af hebben gebracht.
8. Ik probeer er vaak achter te komen wat anderen vinden die met soortgelijke problemen worden geconfronteerd als ik.
9. Ik houd ervan om met anderen te praten over wederzijdse meningen en ervaringen.
10. Ik vergelijk mijn levenssituatie nooit met die van andere mensen.
11. Ik vergelijk mijn kwaliteiten in het omgaan met mensen vaak met anderen.