

Vragenlijst Gezondheidsmonitor Jeugd 2023 - Praktijkonderwijs

Hallo,

Hieronder staan **tips** voor het invullen van de vragenlijst:

- Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het gaat om **jouw mening**.
- Het is belangrijk dat je **alle vragen** beantwoordt.
- Kies het antwoord dat het **best bij jou past**.
- **Niemand** komt te weten wat jij hebt ingevuld.

Veel succes!

Vraag 1. Ben je een...?

- Jongen
- Meisje
- Anders dan een jongen of meisje

Vraag 2. Hoe oud ben je?

- 14 jaar of jonger
- 15 jaar of ouder

Vraag 3. Bij wie woon je de meeste dagen van de week?

Je mag één antwoord geven.

- Bij mijn ouders samen
- Bij mijn moeder en haar partner
- Bij mijn vader en zijn partner
- Alleen bij mijn moeder
- Alleen bij mijn vader
- Ongeveer de helft van de tijd bij mijn ene ouder en de helft van de tijd bij mijn andere ouder (co-ouders)
- Anders (zoals pleegouders, andere familie, woongroep, gezinshuis, ik woon op mezelf)

Vraag 4. Hoe vind je het thuis?

- Heel leuk
- Leuk
- Gaat wel
- Niet leuk
- Vreselijk

Vraag 5. Hoeveel dagen was je in de laatste week's avonds later dan 10 uur thuis?

- 0 dagen
- 1 dag
- 2 dagen
- 3 dagen

- 4 dagen
- 5 dagen
- 6 dagen
- 7 dagen

Vraag 6. Als je niet thuis bent, weten je ouders/verzorgers dan waar je bent?

- Nee, nooit
- Ja, soms
- Ja, meestal
- Ja, altijd

Vraag 7. Hebben je ouders/verzorgers duidelijke regels over wat je wel en niet mag doen?

- Meestal wel
- Soms wel, soms niet
- Meestal niet

Vraag 8. Brengen je ouders/verzorgers veel tijd met je door?

- Meestal wel
- Soms wel, soms niet
- Meestal niet

Vraag 9. Kunnen jullie thuis goed rondkomen met geld?

Met thuis bedoelen we het gezin waar je de meeste tijd woont.

- Ja, makkelijk
- Ja, maar we moeten wel opletten
- Nee, dat is moeilijk
- Nee, dat is heel moeilijk

Vraag 10. Hoe vind je het op school?

- Heel leuk
- Leuk
- Gaat wel
- Niet leuk
- Vreselijk

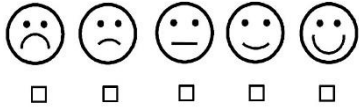
Vraag 11. Vind je naar school gaan nuttig?

- Meestal wel
- Soms wel, soms niet
- Meestal niet

Vraag 12. Hoe vind jij je gezondheid meestal?

- Heel goed
- Goed
- Gaat wel
- Slecht
- Heel slecht

Vraag 13. Hoe gelukkig voel je je meestal?



Vraag 14. Vind je dat je genoeg vrienden of vriendinnen hebt?

- Ja
- Gaat wel
- Nee
- Nee, ik heb geen vrienden of vriendinnen

Vraag 15. Soms heb je een probleem of zit je ergens mee. Bij wie kun je dan hulp vragen?

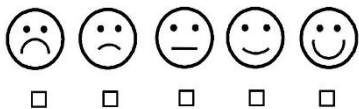
Je mag meer dan één antwoord geven.

- Mijn ouders
- Andere familie
- Een vriend/vriendin
- Iemand van school
- Een andere volwassene
- Niemand

Vraag 16. Hoe vaak heb je je eenzaam gevoeld, in de laatste 4 weken?

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- (Bijna) altijd

Vraag 17. Hoe kijk je naar je toekomst?



Vraag 18. Hoe vaak ben je gestrest door school, stage of huiswerk?

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak

Vraag 19. Hoe vaak ben je gestrest door thuis?

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak

Vraag 20. Hoe vaak ben je gestrest door problemen van jezelf?

Zoals ruzies, schulden, geheimen of je gezondheid.

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak

Vraag 21. Hoe vaak ben je gestrest door wat anderen van je vinden?

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak

Vraag 22. Hoe vaak ben je gestrest door alles wat je moet doen?

Zoals school, huiswerk, social media, bijbaan, sporten.

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak

Vraag 23. Hoe vaak ga je lopend of fietsend naar school of naar stage?

- (Bijna) nooit
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week

Vraag 24. Hoe vaak doe je aan sport bij een club of sportschool?

Zoals fitness, zwemmen, voetbal, tennis, dansen.

- (Bijna) nooit
- Minder dan 1 dag per week
- 1 dag per week
- Meerdere dagen per week
- Elke dag

Vraag 25. Hoe vaak sport je in je vrije tijd zonder club of sportschool?

*Zoals voetballen op straat, fietsen, hardlopen, skeeleren, zwemmen, thuis dansen, kranten bezorgen.
Lopen en fietsen naar school of stage tellen niet mee.*

- (Bijna) nooit
- Minder dan 1 dag per week
- 1 dag per week
- Meerdere dagen per week
- Elke dag

Vraag 26. Denk aan een normale week. Op welke dagen van de week sport of beweeg je 1 uur per dag of meer?

Denk aan alle vormen van sporten of bewegen die je op één dag doet, zoals lopen of fietsen naar school of stage.

Je mag meer dan één antwoord geven.

- Maandag
- Dinsdag
- Woensdag
- Donderdag
- Vrijdag
- Zaterdag
- Zondag
- Geen enkele dag

Vraag 27. Hoeveel dagen per week doe je aan andere activiteiten bij een vereniging buiten school?

Zoals scouting, jeugdclub, muziek maken, toneel spelen, tekenen of schilderen.

Sporten valt hier niet onder.

- 0 dagen
- 1 dag
- 2 dagen
- 3 dagen
- 4 dagen
- 5 dagen
- 6 dagen
- 7 dagen

Vraag 28. Heb je een zwemdiploma?

- Ja
- Nee

Vraag 29. Heb je ooit gerookt?

Hiermee bedoelen we sigaretten of shag (sjek) , geen vape (e-sigaret).

- Ja, een hele sigaret of meer
- Ja, alleen een paar trekjes
- Nee → Ga door naar vraag 31.

Vraag 30. Hoe vaak rook je nu?

- Elke dag
- Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
- Minder dan 1 keer per week
- Ik rook niet meer

Vraag 31. Heb je ooit alcohol gedronken?

Alcoholvrije dranken (zoals Radler 0,0%) tellen niet mee.

- Ja, een heel glas of meer
- Ja, alleen een paar slokjes
- Nee

[Als 'Nee' geantwoord op vraag 31, dan vragen 32, 33, 34, 35, 37 overslaan]

Vraag 32. Heb je in de laatste 4 weken alcohol gedronken?

- Ja
- Nee → Ga door naar vraag 35

[Als 'Nee' geantwoord op vraag 31, dan vragen 33, 34 overslaan]

Vraag 33. Op hoeveel dagen heb je in de laatste 4 weken alcohol gedronken?

- 1 of 2 dagen
- 3 tot en met 5 dagen
- 6 tot en met 9 dagen
- 10 dagen of meer

Vraag 34. Heb je in de laatste 4 weken wel eens VIJF OF MEER drankjes met alcohol gedronken op één dag?

Bijvoorbeeld op een feestje of op één avond.

- Ja
- Nee

Vraag 35. Hoe kom je meestal aan alcohol?

Je mag meer dan één antwoord geven.

- Ik koop het ZELF
- Ik vraag anderen het voor mij te kopen
- Ik krijg het van een vriend(in) of kennis
- Ik krijg het van mijn ouders/verzorgers
- Ik krijg het van andere volwassenen

Vraag 36. Hoeveel van je vrienden/vriendinnen drinken alcohol?

- Geen
- Sommige
- De meeste
- (Bijna) alle
- Weet ik niet

Vraag 37. Wat vinden je ouders/verzorgers ervan dat je alcohol drinkt?

- Ze vinden het goed
- Het maakt ze niet uit
- Ze vinden het niet goed
- Ik weet het niet

Vraag 38. Heb je ooit wiet of hasj gebruikt?

- Ja
- Nee → ga door naar vraag 40

Vraag 39. Heb je in de laatste 4 weken wiet of hasj gebruikt?

- Ja
- Nee

Vraag 40. Heb je ooit andere drugs gebruikt?

Zoals XTC, cocaïne, paddo's of lachgas.

- Nee, nooit gebruikt
- Ja, in de laatste 4 weken gebruikt
- Ja, wel gebruikt, maar langer dan 4 weken geleden
- Ik weet niet wat dat is

Vraag 41. Heeft iemand ooit een naaktfoto of seksfilmpje waar jij op stond verspreid zonder dat je dat wilde?

- Ja
- Nee

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Helpwanted via 020-2615275 en www.helpwanted.nl

Vraag 42. Hoe vaak slaap je niet genoeg door social media?

Zoals TikTok, Snapchat, Instagram, WhatsApp, Facebook en Youtube.

- Nooit

- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak

Vraag 43. Hoe vaak maak je je huiswerk niet door social media?

Zoals TikTok, Snapchat, Instagram, WhatsApp, Facebook en Youtube.

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak
- Ik heb geen huiswerk

[Als 'Ik heb geen huiswerk' geantwoord op vraag 43, dan vraag 45 overslaan]

Vraag 44. Hoe vaak slaap je niet genoeg door gamen?

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak

Vraag 45. Hoe vaak maak je je huiswerk niet door gamen?

- Nooit
- Bijna nooit
- Soms
- Vaak
- Heel vaak
- Ik heb geen huiswerk

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst!

Speciaal voor jou!

De website www.jouwggd.nl is speciaal voor jongeren. Je vindt er informatie over je gezondheid, leefstijl, gevoel, relaties en andere zaken die belangrijk zijn. Op deze site kun je ook vragen stellen via chat of mail. Heb je nog tijd, kijk dan eens op deze site!