



Vragenlijst Gezondheidsmonitor Jeugd 2023, aangepast voor VSO en PrO GGD BZO

Beste leerling,

Fijn dat je meedoet met dit onderzoek!

- Niemand komt te weten wat jij in deze vragenlijst hebt ingevuld.
- Het is belangrijk dat je de vragen zo eerlijk mogelijk invult. Er zijn geen goede of foute antwoorden.
- Als je een vraag niet begrijpt of niet wilt beantwoorden, dan mag je door naar de volgende vraag.

Veel succes!

ACHTERGROND VRAGEN

Vraag 1. Ben je een?

- [1] Jongen
- [2] Meisje
- [3] Anders

Vraag 2. Hoe oud ben je?

- [1] 14 jaar of jonger
- [2] 15 jaar
- [3] 16 jaar of ouder

THUIS

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

- [1] Bij allebei mijn ouders
- [2] Bij 1 van mijn ouders
- [3] Bij een woongroep
- [4] Bij anderen (zoals pleegouders, andere familie, internaat, ik woon op mezelf)

Vraag 4. Hoe vind je het thuis?

- [1] Heel leuk
- [2] Leuk
- [3] Gaat wel
- [4] Niet leuk
- [5] Vreselijk

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

- [1] 0 dagen
- [2] 1 dag
- [3] 2 dagen
- [4] 3 dagen
- [5] 4 dagen
- [6] 5 dagen
- [7] 6 dagen
- [8] 7 dagen

Vraag 6. Als je niet thuis bent, weten je ouder(s)/verzorger(s) dan waar je bent?

- [1] Nee, nooit
- [2] Ja, soms
- [3] Ja, meestal
- [4] Ja, altijd

Vraag 7. Hebben je ouder(s)/verzorger(s) duidelijke regels over wat je wel en niet mag doen?

- [1] Meestal wel
- [2] Soms wel, soms niet
- [3] Meestal niet

Vraag 8. Brengen je ouder(s)/verzorger(s) veel tijd met je door?

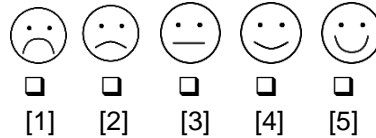
- [1] Meestal wel
- [2] Soms wel, soms niet
- [3] Meestal niet

GEZONDHEID

Vraag 9. Hoe vind jij je gezondheid meestal?

- [1] Zeer goed
- [2] Goed
- [3] Gaat wel
- [4] Slecht
- [5] Zeer slecht

Vraag 10. Hoe gelukkig voel je je meestal?



EENZAAMHEID

Vraag 11. Hoe vaak heb je je eenzaam gevoeld, in de laatste 4 weken?

- [1] Nooit
- [2] Bijna nooit
- [3] Soms
- [4] Vaak
- [5] (Bijna) Altijd

Vraag 12. Vind je dat je genoeg vrienden of vriendinnen hebt?

- [1] Ja
- [2] Gaat wel
- [3] Nee

SCHOOL

Vraag 13. Hoe vind je het op school?

- [1] Heel leuk
- [2] Leuk
- [3] Gaat wel
- [4] Niet leuk
- [5] Vreselijk

BEWEGEN EN SPORT

Vraag 14. Hoeveel dagen per week ga je lopend of fietsend naar school?

Naar stage telt ook mee.

- [1] 0 dagen
- [2] 1 dag
- [3] 2 dagen
- [4] 3 dagen
- [5] 4 dagen
- [6] 5 dagen

Vraag 15. Hoeveel dagen per week sport je bij een club, vereniging of sportschool?

Zoals fitness, zwemmen, voetbal, tennis, dansen.

- [1] 0 dagen
- [2] 1 dag
- [3] 2 dagen
- [4] 3 dagen
- [5] 4 dagen
- [6] 5 dagen
- [7] 6 dagen
- [8] 7 dagen

Vraag 16. Hoeveel dagen per week sport of beweeg je op een andere manier in je vrije tijd?

Zoals voetballen op straat, fietsen, hardlopen, skeeleren, zelf gaan zwemmen, kranten bezorgen.

- [1] 0 dagen
- [2] 1 dag
- [3] 2 dagen
- [4] 3 dagen
- [5] 4 dagen
- [6] 5 dagen
- [7] 6 dagen
- [8] 7 dagen

Vraag 17. Denk aan een normale week. Op welke dagen van de week sport of beweeg je minstens 1 uur per dag?

Denk aan: - lopen of fietsen naar school, - sporten bij een club, vereniging of sportschool, - bewegen in je vrije tijd zonder club, vereniging of sportschool.

- [1] Maandag
- [2] Dinsdag
- [3] Woensdag
- [4] Donderdag
- [5] Vrijdag
- [6] Zaterdag
- [7] Zondag
- [8] Geen enkele dag

VRIJE TIJD

Vraag 18. Hoeveel dagen per week doe je aan andere activiteiten bij een vereniging buiten school (zoals scouting, jeugdclub, muziek maken, toneelspelen, tekenen of schilderen). Sporten valt hier niet onder.

Sporten valt hier niet onder.

- [1] 0 dagen
- [2] 1 dag
- [3] 2 dagen
- [4] 3 dagen
- [5] 4 dagen
- [6] 5 dagen
- [7] 6 dagen
- [8] 7 dagen

STRESS

Vraag 19. Hoe vaak heb je stress?

- [1] Nooit
- [2] Bijna nooit
- [3] Soms
- [4] Vaak
- [5] Heel vaak

PESTEN

Vraag 20. Ben je de laatste 3 maanden gepest op school?

- [1] Ja
- [2] Nee → Ga naar vraag 22

Vraag 21. Hoe vaak ben je de laatste 3 maanden gepest op school?

- [1] Elke week
- [2] Een paar keer per maand

Vraag 22. Ben je de laatste 3 maanden gepest via internet of social media?

- [1] Ja
- [2] Nee → Ga naar vraag 24

Vraag 23. Hoe vaak ben je de laatste 3 maanden gepest via internet of social media?

- [1] Elke week
- [2] Een paar keer per maand

Vraag 24. Heeft iemand ooit een naaktfoto of seksfilmpje waar jij op stond verspreid zonder dat je dat wilde?

- [1] Ja
- [2] Nee

ALCOHOL

Vraag 25. Heb je ooit alcohol gedronken? Alcoholvrij (zoals Radler 0,0%) telt niet mee.

- [1] Ja, een heel glas of meer
- [2] Ja, alleen een paar slokjes
- [3] Nee → Ga naar vraag 30

Vraag 26. Heb je in de laatste 4 weken alcohol gedronken?

- [1] Nee → Ga naar vraag 28
- [2] Ja

Vraag 27. Heb je in de laatste 4 weken VIJF OF MEER glazen, blikjes of flesjes alcohol gedronken op één dag?

- [1] Nee
- [2] Ja

Vraag 28. Hoe kom je meestal aan alcohol?

- [1] Ik koop het ZELF
- [2] Ik vraag anderen het voor mij te kopen
- [3] Ik krijg het van een vriend(in) of kennis
- [4] Ik krijg het van mijn ouders/verzorgers
- [5] Ik krijg het van andere volwassenen

Vraag 29. Wat vinden je ouders/verzorgers ervan dat je alcohol drinkt?

- [1] Ze vinden het goed
- [2] Het maakt ze niet uit
- [3] Ze vinden het niet goed
- [4] Weet ik niet

Vraag 30. Hoeveel van je vrienden/vriendinnen drinken alcohol?

- [1] Geen
- [2] Sommige
- [3] De meeste
- [4] (Bijna) alle
- [5] Weet ik niet

ROKEN

Vraag 31. Heb je ooit gerookt?

Hiermee bedoelen we sigaretten en shag (sjek)

- [1] Ja, een hele sigaret of meer
- [2] Ja, alleen een paar trekjes
- [3] Nee → Ga naar vraag 33

Vraag 32. Hoe vaak rook je?

- [1] Ik rook elke dag
- [2] Ik rook, maar niet elke dag
- [3] Ik rook niet meer

DRUGS

Vraag 33. Heb je ooit geblowd?

Met blowen bedoelen we wiet of hasj roken.

- [1] Nee, nooit
- [2] Ja, in de laatste 4 weken
- [3] Ja, maar langer dan 4 weken geleden
- [4] Ik weet niet wat dat is

Vraag 34. Heb je ooit andere drugs gebruikt zoals: XTC, cocaïne, paddo's, lachgas?

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

STEUN DOOR ANDEREN

Vraag 35. Soms heb je een probleem of zit je ergens mee. Heb je dan iemand bij wie je terecht kunt?

- [1] Ja
- [2] Nee

OPKOMEN VOOR JEZELF

Vraag 36. Als iemand iets doet wat jij vervelend vindt, zeg jij dat dan tegen die persoon?

- [1] 0 Meestal wel
- [2] 0 Soms wel, soms niet
- [3] 0 Meestal niet

Vraag 37. Vind je het moeilijk om hulp te vragen als iemand je lastig valt?

- [1] 0 Meestal wel
- [2] 0 Soms wel, soms niet
- [3] 0 Meestal niet

SOCIAL MEDIA

Vraag 38. Hoeveel uur per dag zit je op social media?

Met social media bedoelen we bijvoorbeeld Instagram, Whatsapp, Snapchat, Tiktok, Facebook en Youtube.

- [1] Minder dan een half uur per dag
- [2] Een half uur tot 1 uur per dag
- [3] 1 tot 2 uur per dag
- [4] 2 tot 3 uur per dag
- [5] 3 tot 6 uur per dag
- [6] 6 tot 9 uur per dag
- [7] Meer dan 9 uur per dag

GAMEN

Vraag 39. Hoe vaak game je?

- [1] Nooit → Ga naar vraag 43 (slotvraag)
- [2] Niet elke week
- [3] 1 dag per week
- [4] 2 of 3 dagen per week
- [5] 4 of 5 dagen per week
- [6] (Bijna) elke dag

Vraag 40. Hoeveel uur per dag game je?

- [1] Minder dan een half uur per dag
- [2] Een half uur tot 1 uur per dag
- [3] 1 tot 2 uur per dag
- [4] 2 tot 3 uur per dag
- [5] 3 tot 6 uur per dag
- [6] 6 tot 9 uur per dag
- [7] Meer dan 9 uur per dag

Vraag 41. Hoe vaak vind je het moeilijk om met gamen te stoppen?

- [1] Nooit
- [2] Bijna nooit
- [3] Soms
- [4] Vaak
- [5] Heel vaak

Vraag 42. Hoe vaak krijg je te horen dat je minder moet gamen?

- [1] Nooit
- [2] Bijna nooit
- [3] Soms
- [4] Vaak
- [5] Heel vaak

Slotvraag (vraag 43): Dit is het eind van de vragenlijst. Wil je nog iets zeggen over de vragenlijst?

Open antwoordveld

Je bent nu klaar met het invullen van de vragenlijst. Heel erg bedankt!

We hebben je vragen gesteld over heel veel onderwerpen.

Wil je daar wat meer over weten? Kijk dan nu of thuis op JouwGGD.nl. Dat is een website met betrouwbare informatie. Je kunt op die site ook vragen stellen of chatten met een deskundige. Hieronder staan als voorbeeld een paar directe links, maar op de website staat nog veel meer.

[chronische ziekten](#)

[ik ben verlegen](#)

[ruzie thuis](#)

[vrienden](#)

[pesten](#)

[alcohol](#)

[lachgas](#)

[verliefdheid](#)

[foto's en filmpjes versturen](#)