



Deze digitale vragenlijst gaat over jezelf en je gezondheid. Je kunt aangeven als je vragen hebt. Op basis van jouw antwoorden krijg je via internet informatie over verschillende onderwerpen. Deze informatie is persoonlijk en kun je nog een half jaar inzien.

De jeugdverpleegkundige bekijkt de vragenlijsten. Deze informatie is vertrouwelijk. Zij mag hierover niemand iets vertellen zonder dat jij het weet.

Als je vragen hebt voor de jeugdarts of jeugdverpleegkundige of als er zorgen zijn, dan bespreken we dit tijdens het gesprek met jou op school. Dit gesprek is onder schooltijd.

#### Tips:

- Je kunt de vragenlijst op een smartphone, laptop en computer invullen, zodat je kan zorgen dat niemand kan zien wat je invult.
- Er bestaan geen foute antwoorden
- Het gaat er om wat jij vindt of wat jij doet.
- Als je ergens echt geen antwoord op wilt geven, hoeft dit niet.
- Soms staan er hokjes, vink dan het hokje aan dat bij jouw antwoord past.
- Soms staat er een lijn met de cijfers van 1 tot 10, vink dan aan op de balk welk cijfer jij geeft als antwoord op die vraag.

De uitkomsten worden opgenomen in jouw dossier bij de JGZ en je kunt worden uitgenodigd door de jeugdverpleegkundige.

De resultaten worden anoniem verwerkt in een groepssamenvatting en worden besproken met school (en eventueel de gemeente).

Ref. ID: Onderwijs

Welk soort onderwijs volg je?

- Praktijkonderwijs
- VMBO LWOO
- VMBO overig (Basis / Kader)
- VMBO Theoretisch / MAVO
- VMBO / HAVO
- HAVO
- HAVO / VWO
- VWO (Atheneum / Gymnasium)
- ander soort onderwijs

Voel je je gezond?

Helemaal niet

Helemaal wel

Ref. ID: LIklacht

Hoe vaak heb je last van lichamelijke klachten bij de dingen die je wilt doen?

- Nooit
- Soms
- Vaak
- Altijd

Ref. ID: GZvraag

Heb je vragen over je gezondheid waarover je wilt praten met de jeugdverpleegkundige of jeugdarts?

- Ja
- Nee

Ref. ID: LIzien

Kun je goed zien?

- Ja
- Alleen met bril of lenzen
- Nee

# Voorbeeld

Ref. ID: Lpiep

Heb je na het luisteren van muziek wel eens last van je gehoor (bijvoorbeeld een piep in je oren, een doof gevoel, minder goed kunnen horen)?

- Nooit
- Soms
- Vaak
- Altijd

Ref. ID: LIhoren

Kun je goed horen?

- Ja
- Nee

Ref. ID: GZslaap

Val je 's avonds binnen een uur in slaap?

Nooit

Altijd

Ref. ID: Llongesteld

Ben je al eens ongesteld geweest?

- Ja
- Nee

Ref. ID: Llongesteldkl

Als je ongesteld bent, kun je dan doen wat je anders ook doet (bijvoorbeeld sporten, naar school gaan)?

Nooit

Altijd

Ref. ID: Llongesteldvr

Heb je vragen over je ongesteldheid?

- Nee
- Ik wil graag informatie via internet
- Ik heb vragen voor de jeugdverpleegkundig of jeugdarts

Ref. ID: Lizkt

Heb je ziektes of problemen waar je last van hebt? Je kunt meerdere antwoorden geven.

- Ik heb nergens last van
- A.D.H.D. / A.D.D.
- Angststoornis / dwangstoornis
- Anorexia / boulimia nervosa
- Astma / bronchitis
- Autisme/ ASS/ P.D.D.NOS/ Asperger
- Depressie / burnout / overspannen
- Dyslexie / dyscalculie
- Langdurige vermoeidheid / Pfeiffer
- Pijnklachten / migraine /hoofdpijn / buikpijn langer dan 3 maanden
- Anders, namelijk : \_\_\_\_\_

Ref. ID: Lizktvr

Heb je vragen over je ziektes of problemen?

- Nee
- Ik wil graag informatie via internet
- Ik heb vragen voor de verpleegkundige/arts

Ref. ID: Libehandel

Ben je nu onder behandeling of begeleiding bij een arts, psycholoog of andere hulpverlener?

- Ja
- Nee

Ref. ID: Libehoort

Bij wie ben je onder behandeling?

*Je kunt meerdere antwoorden geven.*

- Huisarts of andere arts
- Wijkteam /wijkcoach

- Psycholoog
- Maatschappelijk Werk
- GGZ, bijvoorbeeld psychiater
- Fysiotherapeut
- Andere hulpverlener, namelijk : \_\_\_\_\_

Ref. ID: Llvacc

Heb je vragen over vaccinaties (bijvoorbeeld tegen H.P.V., meningokokken, corona of andere ziektes)?

- Nee
- Ik wil graag informatie via internet
- Ik heb vragen voor de jeugdverpleegkundige of jeugdarts

Ref. ID: GVschool

Hoe vind je het op school?

*Vreselijk* *Erg leuk*

---

Ref. ID: GVCijfers

Hoe tevreden ben je met je cijfers?

*Heel ontevreden* *Heel tevreden*

---

Ref. ID: GVConc

Hoe goed kun je je concentreren op je schoolwerk?

*Heel slecht* *Heel goed*

---

Ref. ID: REjong

Hoeveel plezier heb je met andere jongeren?

*Geen plezier* *Heel veel plezier*

---

Ref. ID: GVzelfvert

Heb je genoeg zelfvertrouwen?

*Nooit* *Altijd*

---

Ref. ID: GVjezelf

Kun jij jezelf zijn op school?

*Helemaal niet* *Helemaal wel*

---

Ref. ID: REgepest

Hoe vaak ben je de afgelopen drie maanden gepest of buitengesloten (bijvoorbeeld op

school, thuis of online)?

- Nooit
- Minder dan 2 keer per maand
- Ongeveer 1 keer per week
- Meerdere keren per week

Ref. ID: REpestdader

Hoe vaak heb je de afgelopen drie maanden anderen gepest (bijvoorbeeld op school, thuis of online)?

- Nooit
- Minder dan 2 keer per maand
- Ongeveer 1 keer per week
- Meerdere keren per week

Ref. ID: GVstress

Hoe vaak ben je gestrest?

- Nooit
- Soms
- Vaak
- Altijd

Ref. ID: GVstressvr

Heb je vragen over stress?

- Nee
- Ik wil graag informatie via internet
- Ik heb vragen voor de verpleegkundige/arts

Ref. ID: GVscoremhi5

**Soms zitten jongeren in moeilijke situaties. Daarover gaan de volgende vragen.**

De volgende vragen gaan over hoe je je in de afgelopen 4 weken hebt gevoeld. Wil je bij elke vraag het antwoord geven dat het beste aansluit bij hoe je je hebt gevoeld?

	Voortdurend	Meestal	Vaak	Soms	Zelden	Nooit
Voelde je je erg zenuwachtig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voelde je je kalm en rustig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voelde je je neerslachtig en somber?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voelde je je gelukkig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Zat je zo erg in de put dat niets je kon opvrolijken?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ref. ID: GVeenzaam

Voel je je eenzaam?

- Nooit
- Soms
- Vaak
- Altijd

Ref. ID: GVsuicged

Heb je in de laatste 6 maanden er wel eens serieus over gedacht een eind te maken aan je leven?

- Nooit
- Een enkele keer
- Af en toe
- Vaak
- Heel vaak

Ref. ID: GVsuicpog

Heb je de laatste 6 maanden een poging ondernomen om een eind te maken aan je leven?

- Ja
- Nee

Ref. ID: GVautomu

Heb je jezelf de laatste 6 maanden wel eens expres verwond of pijn gedaan omdat je je rot voelde (denk hierbij aan jezelf snijden of krassen)?

- Nee
- Ja, één keer
- Ja, meerdere keren

# Voorbeeld

Ref. ID: GVVraag

Heb je vragen of zorgen over hoe je je voelt, waarover je wilt praten met de jeugdverpleegkundige of jeugdarts?

- Ja
- Nee

Ref. ID: GZontbijt

**De volgende vragen gaan over eten, gewicht en bewegen.**

Ontbijt je iedere schooldag?

- Ja
- Nee

Ref. ID: GZgewpast

Wat past het beste bij jou?

- Ik ben tevreden met mijn gewicht
- Ik wil graag afvallen
- Ik wil graag aankomen

Ref. ID: GZeetprobl

Ik heb problemen met eten (te veel eten of juist niet willen eten). Welk antwoord past het beste bij jou?

- Nooit
- Vroeger wel, maar nu niet meer
- Wel eens
- Vaak
- Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden

Ref. ID: GZlg

Ben je tevreden met je lengte?

- Ja
- Nee

Ref. ID: GZgewvr

Heb je vragen over je gewicht of over je voeding?

- Nee
- Ik ontvang graag informatie via internet
- Ik heb vragen voor de verpleegkundige/arts

Ref. ID: GZbew

Hoeveel dagen van de week beweeg je minimaal één uur? (bijvoorbeeld sporten, gym of naar school fietsen)

- Geen enkele dag
- 1 dag
- 2 dagen
- 3 dagen
- 4 dagen
- 5 dagen
- 6 dagen
- 7 dagen

Ref. ID: GZenergy

Drink je wel eens energiedrankjes, zoals Red Bull of Monster? *Sportdrankjes in flesjes zoals AA-drink en Extran tellen niet mee.*

- Nooit
- Minder dan 1 keer per week
- 1-2 keer per week
- 3-5 keer per week
- 6 keer of vaker per week

Ref. ID: ADGalcglas

Drink je wel eens alcohol?

- Nee
- Ik heb wel eens een paar slokjes gedronken
- Ja, wel eens een glas

Ja, meer dan een glas

Ref. ID: ADGalc4wk

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

- Nooit
- 1 - 2 dagen
- 3 - 5 dagen
- 6 - 9 dagen
- 10 dagen of meer

Ref. ID: ADGalcbinge

Hoe vaak heb je de laatste 4 weken vijf of meer drankjes met alcohol gedronken bij één gelegenheid (Bijvoorbeeld op een feestje of op één avond)?

- Nooit
- 1 keer
- 2 keer
- 3 of 4 keer
- 5 of 6 keer
- 7 of 8 keer
- 9 keer of vaker

Ref. ID: ADGalcpast

Wat past het beste bij jou?

- Ik wil evenveel alcohol of meer gaan drinken
- Ik wil wel minder alcohol gaan drinken, maar nu nog niet
- Ik wil vandaag nog beginnen om minder alcohol te drinken
- Ik drink geen alcohol meer

Ref. ID: ADGrok

Rook jij? Je mag meer antwoorden geven.

- Ik rook niet
- Sigaretten/shag
- Vape/e-sigaret

Ref. ID: ADGrokfreq

Hoe vaak rook of vape jij?

- Minder dan één keer per week
- Tenminste één keer per week, maar niet iedere dag
- Iedere dag

Ref. ID: ADGrokpast

Wat past het beste bij jou?

- Ik wil hetzelfde blijven roken
- Ik wil minder gaan roken
- Ik wil graag stoppen, maar het lukt niet
- Ik wil vandaag nog stoppen met roken



Ik rook niet meer

Ref. ID: ADGsnus

Heb je ooit snus gebruikt?

- Ja  
 Nee

Ref. ID: ADGsnus4wk

Hoe vaak heb je snus gebruikt in de laatste 4 weken?

- Nooit  
 1-2 keer  
 3-5 keer  
 6 keer of vaker

Ref. ID: ADGsoft

Heb je wel eens hasj of wiet gebruikt?

- Ja  
 Nee

Ref. ID: ADGsoft4wk

Hoe vaak heb je hasj of wiet gebruikt in de laatste 4 weken?

- Nooit  
 1-2 keer  
 3-5 keer  
 6 keer of vaker

Voorbeeld

Ref. ID: ADGsoftpast

Wat past het beste bij jou?

- Ik wil evenveel blijven blowen  
 Ik wil minder gaan blowen, maar nu nog niet  
 Ik wil vandaag nog beginnen met minder te blowen  
 Ik blow niet meer

Ref. ID: ADGvraag

Heb je vragen over alcohol, roken, of drugs voor de jeugdverpleegkundige of jeugdarts?

- Ja  
 Nee

Ref. ID: ADGdeal

Ben je weleens benaderd om verboden dingen te doen?

*Zoals het bewaren van snus, drugs, sigaretten, alcohol of een wapen. Of het verkopen of wegbrengen van dit soort pakketjes.*

- Ja

Nee

Ref. ID: ADGdealdruk

Voelde je je onder druk gezet?

Ja

Nee

Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden

Ref. ID: ADGmediafreq

Hoeveel tijd besteed je in je vrije tijd aan social media, filmpjes en gamen?

Minder dan 1 uur per dag

1 - 2 uur per dag

3 - 4 uur per dag

5 of meer uur per dag

Ref. ID: ADGmediatijd

Houd je naast social media, filmpjes en gamen, tijd over voor andere dingen, zoals afspreken met vriend(inn)en, huiswerk, sporten, enzovoorts?

*Nooit*

*Altijd*

Ref. ID: ADGmediaslaap

Lukt het om op tijd met social media, filmpjes en gamen te stoppen, zodat je genoeg slaapt?

*Nooit*

*Altijd*

Ref. ID: ADGmediapast

Wat geldt voor jou?

Ik wil even veel tijd blijven besteden aan social media, filmpjes en gamen.

Ik wil minder tijd besteden aan social media, filmpjes en gamen, maar nu nog niet.

Ik wil vandaag nog beginnen om minder tijd te besteden aan social media, filmpjes en gamen.

Ref. ID: ADGschulld

Hoeveel schulden heb je (bijvoorbeeld bij vrienden, ouders, internetgames, telefoonrekening)?

Geen

0 - 10 euro

10 - 50 euro

50 - 100 euro

Meer dan 100 euro

Ref. ID: ADGmediavr

Heb je vragen over internetgebruik, social media, gamen of schulden voor de jeugdverpleegkundige of jeugdarts?

- Ja
- Nee

Ref. ID: SOliefdevr

Heb je vragen over je lichaam, liefde, relaties en/of seks?

- Nee
- Ik wil graag informatie via internet
- Ik heb vragen voor de verpleegkundige/arts

Ref. ID: SOgendevr

Heb je vragen over gender?

- Nee
- Ik wil graag informatie via internet
- Ik heb vragen voor de verpleegkundige/arts

Ref. ID: REfilm

Heeft iemand wel eens tegen jouw zin seksuele of naakt foto's of filmpjes van jou verspreid (bijvoorbeeld via internet of telefoon naar anderen gestuurd)?

- Ja en ik heb hier nog last van
- Ja maar ik heb hier geen last meer van
- Nee
- Deze vraag wil ik niet beantwoorden

Ref. ID: SOtegenwil

Heeft iemand je wel eens tegen je wil in op een intieme manier aangeraakt of je hiertoe gedwongen (denk aan strelen, zoenen, seks)?

- Ja en ik heb hier nog last van
- Ja maar ik heb hier geen last meer van
- Nee
- Deze vraag wil ik niet beantwoorden

Ref. ID: REwonen

**De thuissituatie heeft invloed op de gezondheid en het welzijn van jongeren. Hierover gaan de volgende vragen.**

Bij wie woon je?

- Bij mijn beide ouders
- Soms bij de ene ouder en soms bij de andere ouder
- Bij mijn moeder
- Bij mijn vader
- Bij mijn moeder en haar partner
- Bij mijn vader en zijn partner
- Anders, namelijk : \_\_\_\_\_

Ref. ID: REhuisgen1plek

Hoe gaat het tussen jou en de mensen met wie jij in huis woont (ouders, stiefouders, broers, zussen, stiefbroers, stiefzussen, huisgenoten etc)?

Heel slecht

Heel goed

Ref. ID: REouders1plek

Kun je met je ouders/verzorgers praten als je ergens mee zit?

Heel slecht

Heel goed

Ref. ID: RELimish1plek

Ik word thuis geschopt, geslagen, opgesloten of op een andere manier mishandeld. Welk antwoord past het beste bij jou?

- Nooit
- Vroeger wel, maar nu niet meer
- Wel eens
- Vaak
- Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden

Ref. ID: REgemish1plek

Ik word thuis genegeerd of uitgescholden en heb daar last van. Welk antwoord past het beste bij jou?

- Nooit
- Vroeger wel, maar nu niet meer
- Wel eens
- Vaak
- Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden

Ref. ID: ADGgeld1plek

Hebben jullie thuis voldoende geld voor eten, sporten, kleding of uitjes?

Nooit

Altijd

Ref. ID: REhuisgen2pleka

**Als je op twee plekken woont, vul dan de volgende 5 vragen eerst voor de ene plek en daarna voor de andere plek in.**

Hoe gaat het tussen jou en de mensen met wie jij in huis woont (ouders, stiefouders, broers, zussen, stiefbroers, stiefzussen, huisgenoten etc)?

Heel slecht

Heel goed

Ref. ID: REouders2pleka

Kun je met je ouders/verzorgers praten als je ergens mee zit?

Heel slecht

Heel goed

Ref. ID: RElimish2pleka

Ik word thuis geschopt, geslagen, opgesloten of op een andere manier mishandeld. Welk antwoord past het beste bij jou?

- Nooit
- Vroeger wel, maar nu niet meer
- Wel eens
- Vaak
- Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden

Ref. ID: REgemish2pleka

Ik word thuis genegeerd of uitgescholden en heb daar last van. Welk antwoord past het beste bij jou?

- Nooit
- Vroeger wel, maar nu niet meer
- Wel eens
- Vaak
- Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden

Ref. ID: ADGgeld2pleka

Hebben jullie thuis voldoende geld voor eten, sporten, kleding of uitjes?

Nooit

Altijd

Voorbeeld

Ref. ID: REhuisgen2plekb

En voor de tweede plek:

Hoe gaat het tussen jou en de mensen met wie jij in huis woont (ouders, stiefouders, broers, zussen, stiefbroers, stiefzussen, huisgenoten etc)?

Heel slecht

Heel goed

Ref. ID: REouders2plekb

Kun je met je ouders/verzorgers praten als je ergens mee zit?

Heel slecht

Heel goed

Ref. ID: RElimish2plekb

Ik word thuis geschopt, geslagen, opgesloten of op een andere manier mishandeld. Welk antwoord past het beste bij jou?

- Nooit
- Vroeger wel, maar nu niet meer

- Wel eens
- Vaak
- Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden

Ref. ID: REgemish2plekb

Ik word thuis genegeerd of uitgescholden en heb daar last van. Welk antwoord past het beste bij jou?

- Nooit
- Vroeger wel, maar nu niet meer
- Wel eens
- Vaak
- Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden

Ref. ID: ADGgeld2plekb

Hebben jullie thuis voldoende geld voor eten, sporten, kleding of uitjes?

*Nooit*

*Altijd*

Ref. ID: REgeb

Welke gebeurtenissen heb je meegemaakt, waar je nu nog veel over nadenkt? Je kunt meerdere antwoorden geven.

- Geen
- Scheiding van je ouders
- Een lichamelijke of psychische ziekte van iemand uit je gezin
- Verslaving van iemand uit je gezin of uit je vriendenkring
- Seksueel misbruik in de familie
- Geweld of mishandeling tussen je ouders
- Het overlijden van iemand van wie je veel hield
- Discriminatie van jezelf of je familieleden
- Anders, namelijk : \_\_\_\_\_

Ref. ID: REgebvr

Wil je hierover praten met de jeugdverpleegkundige of jeugdarts?

- Ja
- Nee

Ref. ID: GVtevred

Hoe tevreden ben je met je leven?

*Heel ontevreden*

*Heel tevreden*

Ref. ID: GVtoekomst

Hoeveel vertrouwen heb je in je toekomst?

*Geen vertrouwen*

*Heel veel vertrouwen*

Ref. ID: GZvzorgen

Heb jij andere vragen, zorgen of problemen waarover je wilt praten met ons? Dit hoeft niet alleen over jou te gaan. Je kunt ook advies vragen hoe jij het beste kan omgaan met een vriend, klasgenoot, broer of zus waar je je zorgen over maakt.

- Ja, ik wil dan graag praten over : \_\_\_\_\_
- Nee

Ref. ID: ALGvrg

Als je nog iets wilt toevoegen of vragen:

\_\_\_\_\_

Ref. ID: GZoordeel

Hoe vond je het om deze check in te vullen? Je kunt meerdere antwoorden geven.

- Leuk
- Saai
- Geen mening
- Te persoonlijk
- Ik vond het moeilijk om eerlijk te zijn
- Ik vond de vragenlijst te lang
- Het zet me aan het nadenken over bepaalde onderwerpen

# Voorbeeld

Ref. ID: ALGtip

Als je nog een opmerking of tip hebt over de film, de vragenlijst of de uitleg in de klas, dan horen wij dat graag!

\_\_\_\_\_

**We willen graag je 06-nummer om makkelijk contact te kunnen leggen.**

Het nummer van je mobiele telefoon is: