

Vragenlijst Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Beste leerling,

Belangrijke **tips** voordat je de vragenlijst invult:

- Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het gaat om jouw mening en jouw ervaringen.
- Het is belangrijk dat je alle vragen beantwoordt, ook al vind je het soms moeilijk om een antwoord te geven.
- Dit onderzoek is vertrouwelijk. Dat betekent dat aan jouw antwoorden geen naam of adres gekoppeld kan worden. Niemand komt dus te weten wat jij hebt ingevuld.
- Als je een antwoord verkeerd invult, laat dan het foute kruisje staan en maak het goede vakje helemaal zwart.

Rotterdam ligt in Nederland

- ☐ **niet waar**
☐ **waar** → Jij hebt nu 'waar' ingevuld

Veel succes!



Achtergrondgegevens

1. Hoe vul je deze vragenlijst in?

Je mag één antwoord geven.

- ☐ Op een pc of laptop
- ☐ Op een tablet
- ☐ Op een smartphone
- ☐ Op papier

2. In welke klas/leerjaar zit je?

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5
- ☐ 6

3. Welk soort onderwijs volg je?

Je mag meer dan één antwoord geven.

- ☐ Vmbo-b (basis)
- ☐ Vmbo-k (kader)
- ☐ Vmbo-g (gemengd)
- ☐ Vmbo-t (theoretisch, mavo)
- ☐ Havo
- ☐ Vwo (atheneum, gymnasium)
- ☐ Ander soort onderwijs

4. Hoe oud ben je?

- ☐ 12 jaar of jonger
- ☐ 13 jaar
- ☐ 14 jaar
- ☐ 15 jaar
- ☐ 16 jaar
- ☐ 17 jaar
- ☐ 18 jaar of ouder

5. Ben je een jongen of een meisje?

- ☐ Jongen
- ☐ Meisje

6. Wat zijn de 4 cijfers van je postcode?

We bedoelen het huisadres waar je de meeste tijd woont.

7. Wat is je woonplaats?

We bedoelen de woonplaats waar je de meeste tijd woont.

8. In welk land ben je geboren?

- ☐ Nederland
- ☐ Marokko
- ☐ Turkije
- ☐ Suriname
- ☐ (voormalige) Nederlandse Antillen of Aruba
- ☐ Duitsland
- ☐ België
- ☐ Indonesië
- ☐ Ander land, namelijk

9. In welk land is je moeder geboren?

- ☐ Nederland
- ☐ Marokko
- ☐ Turkije
- ☐ Suriname
- ☐ (voormalige) Nederlandse Antillen of Aruba
- ☐ Duitsland
- ☐ België
- ☐ Indonesië
- ☐ Ander land, namelijk

10. In welk land is je vader geboren?

- ☐ Nederland
- ☐ Marokko
- ☐ Turkije
- ☐ Suriname
- ☐ (voormalige) Nederlandse Antillen of Aruba
- ☐ Duitsland
- ☐ België
- ☐ Indonesië
- ☐ Ander land, namelijk

11. Bij wie woon je de meeste dagen van de week?

Je mag één antwoord geven.

- ☐ Bij mijn ouders samen
- ☐ Ongeveer de helft van de tijd bij mijn ene ouder en de helft van de tijd bij mijn andere ouder (co-ouders)
- ☐ Bij mijn moeder en haar partner
- ☐ Bij mijn vader en zijn partner
- ☐ Alleen bij mijn moeder
- ☐ Alleen bij mijn vader
- ☐ Bij anderen (bijv. pleegouders, andere familie, internaat)
- ☐ Ik woon op mezelf

12. Hebben jullie thuis moeite om rond te komen met geld?

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

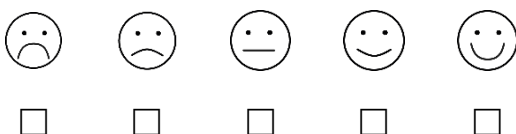
- ☐ Nee, geen enkele moeite
- ☐ Nee, geen enkele moeite maar we moeten wel opletten
- ☐ Ja, enige moeite
- ☐ Ja, grote moeite

13. Hoe is over het algemeen je gezondheid?

- ☐ Zeer goed
- ☐ Goed
- ☐ Gaat wel
- ☐ Slecht
- ☐ Zeer slecht

Lekker in je vel

14. Hoe gelukkig voel je je meestal?



15. De volgende vragen gaan over jou en je gedrag in de laatste 6 maanden. Geef aan of de uitspraken voor jou 'niet waar zijn' of 'een beetje waar zijn' of 'zeker waar zijn'.

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Niet waar	Een beetje waar	Zeker waar
a. Ik probeer aardig te zijn tegen anderen. Ik houd rekening met hun gevoelens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Ik ben rusteloos, ik kan niet lang stil zitten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Ik heb vaak hoofdpijn, buikpijn, of ik ben misselijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Ik deel makkelijk met anderen (zoals eten, drinken, of pennen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Ik word erg boos en ben vaak driftig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Ik ben nogal op mijzelf. Ik ben liever alleen dan met anderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Ik doe meestal wat me wordt opgedragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Ik pieker veel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. Ik help iemand die zich heeft bezeerd, van streek is of zich ziek voelt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j. Ik zit constant te wiebelen of te friemelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k. Ik heb minstens één goede vriend of vriendin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l. Ik vecht vaak. Het lukt mij andere mensen te laten doen wat ik wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
m. Ik ben vaak ongelukkig, in tranen of zit in de put	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
n. Andere jongeren van mijn leeftijd vinden mij over het algemeen aardig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
o. Ik ben snel afgeleid, ik vind het moeilijk me te concentreren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
p. Ik ben zenuwachtig in nieuwe situaties. Ik verlies makkelijk mijn zelfvertrouwen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
q. Ik ben aardig tegen jongere kinderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
r. Ik word er vaak van beschuldigd dat ik lieg of bedrieg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
s. Andere kinderen of jongeren pesten of treiteren mij	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
t. Ik bied vaak anderen aan hun te helpen (ouders, docenten, kinderen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
u. Ik denk na voor ik iets doe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
v. Ik neem dingen weg die niet van mij zijn thuis, op school of op andere plaatsen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
w. Ik kan beter met volwassenen opschieten dan met jongeren van mijn leeftijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
x. Ik ben voor heel veel dingen bang, ik ben snel angstig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
y. Ik maak af waar ik mee bezig ben. Ik kan mijn aandacht er goed bij houden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. Heb je moeilijkheden met emoties, concentratie, gedrag of het omgaan met andere mensen?

- ☐ Nee
☐ Ja, kleine moeilijkheden
☐ Ja, duidelijke moeilijkheden
☐ Ja, ernstige moeilijkheden

Opkomen voor jezelf

De onderstaande uitspraken gaan over opkomen voor jezelf en het maken van keuzes (zoals over pesten, kleding, uitgaan, roken, alcoholgebruik, seksualiteit).

17. Geef aan in hoeverre je het eens bent met onderstaande uitspraken.

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Helemaal mee eens	Mee eens	Soms wel, soms niet	Mee oneens	Helemaal mee oneens
a. Ik weet wat ik wel en niet wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Ik zeg het als iemand iets doet wat ik vervelend vind	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Ik laat mij makkelijk overhalen om dingen te doen die ik niet wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Ik kan heel goed nee zeggen tegen mijn vrienden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Ik vind het moeilijk om hulp te vragen als iemand mij lastig valt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Ik doe alleen maar dingen die ik zelf echt wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Ik kom voor mezelf op als iemand mij uitscheldt, beledigt of bedreigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Als mijn vrienden iets doen wat ik eigenlijk niet wil dan doe ik toch maar mee	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Stress

18. Hoe vaak voel je je gestrest?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
a. Ik voel me gestrest door <u>school of huiswerk</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Ik voel me gestrest door mijn <u>situatie thuis</u> (zoals zorgen, problemen of ruzies thuis)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Ik voel me gestrest door <u>eigen problemen</u> (zoals mijn gezondheid, ruzies met andere jongeren, geheimen of schulden)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Ik voel me gestrest over <u>wat anderen van me vinden</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Ik voel me gestrest door <u>alles wat ik moet doen</u> (school, huiswerk, sociale media, bijbaantje, sporten etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ingrijpende gebeurtenissen

19. Wat heb je meegemaakt of maak je nu mee?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit meegemaakt	Heb ik meegemaakt	Maak ik nu mee
a. Overlijden van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
b. Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van jezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Psychische ziekte van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Psychische ziekte van jezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Verslaving aan alcohol, drugs of gokken van een iemand in je gezin (niet roken)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Scheiding van je ouders	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Regelmatig ruzies tussen je ouders onderling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bewegen

20. Op hoeveel dagen per week ga je lopend of fietsend naar school of naar je stageplek?

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

21. Op hoeveel dagen per week doe je aan sport bij een club, vereniging 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

22. Op hoeveel dagen per week sport of beweeg je in je vrije tijd zonder club, vereniging of sportschool? *Lopen en fietsen naar school tellen niet mee.*

Zoals voetballen op straat, fietsen, hardlopen, skeeleren, zwemmen, thuis dansen, kranten bezorgen.

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

23. Op hoeveel dagen per week sport of beweeg je minstens 1 uur?

Tel alle vormen van sporten of bewegen die je op een dag doet bij elkaar op.

Denk ook aan je reistijd naar en van school of je stageplek.

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

(On)gezoete dranken

24. Op hoeveel dagen per week drink je water (minimaal een glas)?

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

De volgende vragen gaan over **drankjes met suiker**.

LET OP: Light dranken (zoals cola light, Dubbelfrisss light, Crystal Clear of Optimel) tellen niet mee.

We bedoelen wel:

- Frisdrank met suiker (zoals cola, sinas, Icetea (green), Spa & Fruit of Dubbelfrisss)
- Energiedrankjes (energy drinks, zoals Red Bull)
- Sportdrankjes (zoals AA-drink of Extran)
- Aanmaaklimonade (zoals siroop of ranja)
- Vruchtensap (zoals sinaasappelsap, appelsap, multivitaminesap of Dubbeldrank)
- Zoete melk- of yoghurt drankjes (zoals chocolademelk, milkshake, Fristi of Yogidrink)
- Koffie of thee met suiker of honing

25. Op hoeveel dagen per week drink je drankjes met suiker?

- ☐ (Bijna) nooit → **GA NAAR VRAAG 27**
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ Elke dag

26. Als je drankjes met suiker drinkt, hoeveel glazen drink je dan?

- ☐ 1 glas per dag, of minder
- ☐ 2 glazen per dag
- ☐ 3 glazen per dag
- ☐ 4 glazen per dag
- ☐ 5 glazen per dag
- ☐ 6 glazen per dag
- ☐ Meer dan 6 glazen per dag

27. Op hoeveel dagen per week drink je energiedrankjes (energy drinks)?

Zoals Red Bull, Bullit, Rockstar, Golden Power of Monster.

LET OP: Sportdrankjes in flesjes zoals AA-drink en Extran tellen **niet** mee.

- ☐ (Bijna) nooit → **GA VERDER NAAR VRAAG 29**
- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ Elke dag

28. Als je energiedrankjes (energy drinks) drinkt, hoeveel blikjes drink je dan?

- ☐ 1 blikje per dag
- ☐ 2 blikjes per dag
- ☐ 3 blikjes per dag
- ☐ 4 blikjes per dag
- ☐ 5 blikjes per dag
- ☐ 6 blikjes per dag
- ☐ Meer dan 6 blikjes per dag

Voeding

29. Op hoeveel dagen per week ontbijt je?

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

30. Op hoeveel dagen per week eet je fruit?

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

31. Op hoeveel dagen per week eet je groente?

Met groente bedoelen we ook snackgroente, zoals snoeptomaten, komkommer, wortels en paprika.

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

Alcohol

32. 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 → **GA NAAR VRAAG 36**

33. Op hoeveel dagen heb je alcohol gedronken?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	1 of 2 dagen	3 t/m 5 dagen	6 t/m 9 dagen	10 dagen of meer
In je hele leven		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

34. Hoe vaak heb je in 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

35. Hoe vaak ben je dronken of aangeschoten geweest door het drinken van alcohol?

Kruis op elke regel één vakje aan.

[illegible]

Roken

36. Heb je ooit gerookt? Hiermee bedoelen we sigaretten en shag (sjek), geen elektronische sigaret.

- ☐ Ja, een hele sigaret of meer
- ☐ Ja, alleen een paar trekjes
- ☐ Nee → GA NAAR VRAAG 38

37. 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

38. Heb je ooit een elektronische sigaret gebruikt (e-sigaret, shisha-pen, e-hookha, e-smoker, flavor vape)?

- ☐ Ja, vaker dan 1 keer
- ☐ Ja, 1 keer → GA NAAR VRAAG 40
- ☐ Nee, nooit → GA NAAR VRAAG 40
- ☐ Ik weet niet wat dat is → GA NAAR VRAAG 40

39. Hoe vaak gebruik je nu een elektronische sigaret?

- ☐ Elke dag
- ☐ Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
- ☐ Minder dan 1 keer per week
- ☐ Ik gebruik geen elektronische sigaret

Drugs

40. Heb je ooit wiet of hasj gebruikt?

- ☐ Ja
- ☐ Nee → GA NAAR VRAAG 42

41. Op hoeveel dagen heb je wiet of hasj gebruikt?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	1 of 2 dagen	3 t/m 5 dagen	6 t/m 9 dagen	10 dagen of meer
In je hele leven		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

42. Heb je ooit lachgas gebruikt?

- ☐ Nee → GA NAAR VRAAG 45
- ☐ Ja, in de laatste 4 weken
- ☐ Ja, maar langer dan 4 weken geleden

43. Als je lachgas gebruikt, hoeveel ballonnen gebruik je dan gemiddeld per keer?

1 ballon is gelijk aan 1 patroon.

- ☐ 1 ballon of minder
- ☐ 2 tot 5 ballonnen
- ☐ 5 tot 10 ballonnen
- ☐ 10 ballonnen of meer

44. Waar gebruik je lachgas?

Je mag meer dan één antwoord geven.

- ☐ Thuis
- ☐ Bij vrienden
- ☐ Café of disco, op een feest of bij een concert
- ☐ Op of rond school
- ☐ Op straat, in een park of een andere plek buiten
- ☐ Ergens anders

45. Heb je ooit één van de volgende middelen gebruikt: XTC (ecstasy, MDMA), cocaïne, paddo's, amfetamine (uppers, pep of speed), LSD, GHB en/of heroïne?

- ☐ Ja
- ☐ Nee → GA NAAR VRAAG 47

46. Welke van de volgende middelen heb je gebruikt?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Niet gebruikt	In de laatste 4 weken gebruikt	Wel gebruikt, maar langer dan 4 weken geleden
a. XTC (ecstasy, MDMA)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Cocaïne (coke of wit)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Paddo's (hallucinogene paddenstoeltjes of magic mushrooms)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Amfetamine (uppers, pep of speed)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. LSD	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. GHB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Heroïne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Pesten

De volgende vragen gaan over pesten. Pesten is bijvoorbeeld schelden, roddelen, vervelende berichtjes sturen, iets afpakken, spugen of iemand buitensluiten. Met pesten wordt hier bedoeld dat een persoon door anderen wordt getreiterd op een manier die deze persoon echt niet leuk vindt.

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

- ☐ Nooit
- ☐ Minder dan 2 keer per maand
- ☐ 2 of 3 keer per maand
- ☐ Ongeveer 1 keer per week
- ☐ Meerdere keren per week

48. Hoe vaak heb je de laatste 3 maanden zelf een andere leerling op school gepest?

- ☐ Nooit
- ☐ Minder dan 2 keer per maand
- ☐ 2 of 3 keer per maand
- ☐ Ongeveer 1 keer per week
- ☐ Meerdere keren per week

De volgende vragen gaan over pesten via internet, social media of mobiele telefoon.

Het gaat om pesten op een manier die de ander niet leuk vindt.

Voorbeelden zijn:

- iemand uitschelden op sociale media
- iemand bedreigen op sociale media
- gemene roddels over iemand online verspreiden
- vervelende foto's of filmpjes van iemand verspreiden

49. Hoe vaak ben je de laatste 3 maanden gepest via internet, social media of mobiele telefoon?

- ☐ Nooit
- ☐ Minder dan 2 keer per maand
- ☐ 2 of 3 keer per maand
- ☐ Ongeveer 1 keer per week
- ☐ Meerdere keren per week

50. Hoe vaak heb je de laatste 3 maanden zelf een ander gepest via internet, social media of mobiele telefoon?

- ☐ Nooit
- ☐ Minder dan 2 keer per maand
- ☐ 2 of 3 keer per maand
- ☐ Ongeveer 1 keer per week
- ☐ Meerdere keren per week

51. Hoe vaak heb je de laatste 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van jezelf aan iemand anders gestuurd?

- ☐ Nooit
☐ 1 keer
☐ 2 keer of vaker

Social media

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met social media.

Met social media bedoelen we bijvoorbeeld Instagram, WhatsApp, Snapchat, Facebook en YouTube.

52. Kun je van de onderstaande ervaringen aangeven hoe vaak je deze hebt?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
a. Hoe vaak vind je het moeilijk om met social media te stoppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder tijd zou moeten besteden aan social media?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Hoe vaak gebruik je liever social media dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je geen social media kunt gebruiken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Hoe vaak raffel je je huiswerk af om social media te gebruiken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Hoe vaak ga je social media gebruiken omdat je je rot voelt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Hoe vaak kom je slaap te kort door social media?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Gamen

De volgende vraag gaat over gamen. Met games bedoelen we alle spellen/spelletjes die je speelt op een smartphone, tablet, laptop, pc, Mac of spelcomputer (zoals Playstation, Xbox, Nintendo).

53. Hoe vaak speel je games?

- ☐ (Bijna) nooit → GA NAAR VRAAG 55
☐ Minder dan 1 dag per week
☐ 1 dag per week
☐ 2 of 3 dagen per week
☐ 4 of 5 dagen per week
☐ (Bijna) elke dag

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met gamen.

54. Kun je van de onderstaande ervaringen aangeven hoe vaak je deze hebt?

Kruis op elke regel één vakje aan.

		Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Ze er vaak
a.	Hoe vaak vind je het moeilijk om met gamen te stoppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b.	Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder zou moeten gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c.	Hoe vaak ga je liever gamen dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d.	Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je niet kunt gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e.	Hoe vaak raffel je je huiswerk af omdat je wilt gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f.	Hoe vaak ga je gamen omdat je je rot voelt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g.	Hoe vaak kom je slaap te kort door het gamen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Seksualiteit

55. Heb je ooit met iemand gezoend (tongzoenen)?

- ☐ Ja
☐ Nee, nooit → GA NAAR VRAAG 58

56. Heb je ooit seksuele gemeenschap gehad (sommigen noemen het ook “seks hebben”, “het doen” of “met elkaar naar bed gaan”)?

- ☐ Ja
☐ Nee, nooit → GA NAAR VRAAG 58

57. Heb je altijd een condoom gebruikt toen je seks had?

- ☐ Ja, altijd
☐ Nee, niet altijd
☐ Nee, nooit
☐ Ik weet het niet meer

Thuis

58. Beantwoord de volgende vragen voor het gezin waar je de meeste tijd woont. Denk aan de laatste week.

		Nooit	Zelden (bijna nooit)	Zo nu en dan (soms)	Redelijk vaak	Altijd
a.	Heb je het gevoel gehad dat je ouders/verzorgers je begrijpen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b.	Heb je het gevoel gehad dat je ouders/verzorgers van je houden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c.	Heb je je thuis gelukkig gevoeld?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d.	Hebben je ouders/verzorgers voldoende tijd voor je gehad?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e.	Hebben je ouders/verzorgers je eerlijk behandeld?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f.	Heb je met je ouders/verzorgers kunnen praten als je dat wilde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

59. Heb je betaald werk (een bijbaantje)?

☐ Ja

☐ Nee → GA NAAR VRAAG 55



60. Hoe vaak werk je?

☐ (Bijna) nooit

☐ Minder dan 1 dag per week

☐ 1 dag per week

☐ 2 of 3 dagen per week

☐ 4 of 5 dagen per week

☐ (Bijna) elke dag

Lichamelijke gezondheid

61. Heb je een chronische ziekte, aandoening of allergie?

☐ Ja

☐ Nee → GA NAAR VRAAG 63

62. Welke chronische ziekte of aandoening heb je nu of heb je in de laatste 12 maanden gehad? Je mag meer dan één antwoord geven.

- ☐ Allergie
- ☐ Astma of bronchitis
- ☐ Eczeem
- ☐ Vorm van autisme
- ☐ ADHD
- ☐ Chronische vermoeidheid
- ☐ Buikklachten langer dan 3 maanden
- ☐ Migraine of regelmatige ernstige hoofdpijn
- ☐ Diabetes mellitus (suikerziekte)
- ☐ Een aangeboren hartaandoening
- ☐ Kanker
- ☐ Anders, namelijk

63. Heb je wel eens last van je gehoor nadat je muziek hebt geluisterd met oordopjes of een koptelefoon?

Bijvoorbeeld een piep in je oren, een doof gevoel, minder goed kunnen horen.

- ☐ Ja, vaak
- ☐ Ja, soms
- ☐ Nee, nooit

64. Heb je wel eens last van je gehoor als je op een plek met harde muziek bent, of daarna?

Bijvoorbeeld een piep in je oren, een doof gevoel, minder goed kunnen horen.

- ☐ Ja, vaak
- ☐ Ja, soms
- ☐ Nee, nooit
- ☐ Niet van toepassing, ik ben nooit op een plek met harde muziek → GA NAAR VRAAG 66

65. Gebruik je wel eens oordoppen om je gehoor te beschermen als je op een plek met harde muziek bent?

- ☐ Ja, altijd
- ☐ Ja, soms
- ☐ Nee, nooit

Zorg en hulp

66. Heb jij professionele hulp of advies over je gezondheid nodig?

- ☐ Nee, ik heb geen behoefte aan hulp of advies
- ☐ Ja, ik krijg al professionele hulp
- ☐ Ja, maar ik sta op een wachtlijst
- ☐ Ja, ik heb al hulp gezocht, maar niemand kan me helpen
- ☐ Ja, maar ik heb nog geen hulp gezocht
- ☐ Ja, maar ik weet niet waar ik de hulp moet zoeken

67. Hieronder staan zorg- en hulpverleners. Geef aan van wie jij in de laatste 6 maanden zorg of hulp hebt gehad.

Je mag meer dan één antwoord geven.

- ☐ Huisarts
- ☐ Medisch specialist in een medisch centrum of ziekenhuis
- ☐ Tandarts
- ☐ Orthodontist
- ☐ (School)maatschappelijk werker
- ☐ Hulpverlener bij een instelling voor geestelijke gezondheidszorg
(zoals Yulius, RIAGG Rijnmond, Lucertis, YOUZ, Bavo Europoort, de Viersprong, De Hoop, Context/Indigo, of hulp van een psycholoog, psychiater, psychiatrisch verpleegkundige)
- ☐ Andere zorg- of hulpverlener, namelijk
- ☐ Ik heb geen zorg of hulp gehad van een hulpverlener

Dit is het einde van de vragenlijst.

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst!