

Vragenlijst GGD Zeeland 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.

Veel succes!

Vraag 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

Vraag 2. In welke klas/leerjaar zit je?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

Vraag 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

Vraag 4. Hoe oud ben je?

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

Vraag 5. Ben je een jongen of een meisje?

- Jongen
- Meisje

Vraag 6. Wat zijn de 4 cijfers van je postcode?

We bedoelen het huisadres waar je de meeste tijd woont.

[Doorverwijzing: Als 4 cijfers ingevuld zijn bij vraag 6, dan vraag 7 overslaan.]

Vraag 7. Wat is je woonplaats?

We bedoelen de woonplaats waar je de meeste tijd woont.

_____ [in opklapscherm keuze uit alle woonplaatsen]

Vraag 8. 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

Vraag 9. Hebben jullie thuis moeite om rond te komen met geld?

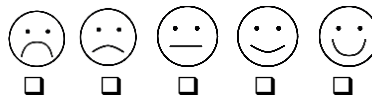
Met thuis bedoelen we het gezin waar je de meeste tijd woont.

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

Vraag 10. Hoe is over het algemeen je gezondheid?

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

Vraag 11. Hoe gelukkig voel je je meestal?



Vraag 12. 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
Ik probeer aardig te zijn tegen anderen. Ik houd rekening met hun gevoelens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben rusteloos, ik kan niet lang stil zitten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik heb vaak hoofdpijn, buikpijn, of ik ben misselijk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik deel makkelijk met anderen (zoals eten, drinken of pennen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik word erg boos en ben vaak driftig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben nogal op mijzelf. Ik ben liever alleen dan met anderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik doe meestal wat me wordt opgedragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik pieker veel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik help iemand die zich heeft bezeerd, van streek is of zich ziek voelt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik zit constant te wiebelen of te friemelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik heb minstens één goede vriend of vriendin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vecht vaak. Het lukt mij andere mensen te laten doen wat ik wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben vaak ongelukkig, in tranen of zit in de put	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere jongeren van mijn leeftijd vinden mij over het algemeen aardig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben snel afgeleid, ik vind het moeilijk om me te concentreren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben zenuwachtig in nieuwe situaties. Ik verlies makkelijk mijn zelfvertrouwen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben aardig tegen jongere kinderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik word er vaak van beschuldigd dat ik lieg of bedrieg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andere kinderen of jongeren pesten of treiteren mij	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik bied anderen vaak aan hen te helpen (ouders, docenten, kinderen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik denk na voor ik iets doe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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"/>
Ik kan beter met volwassenen opschieten dan met jongeren van mijn leeftijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik ben voor heel veel dingen bang, ik ben snel angstig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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"/>

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

Vraag 13. 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
Ik weet wat ik wel en niet wil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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"/>
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"/>
Ik kan heel goed nee zeggen tegen mijn vrienden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>

Vraag 14. Hoe vaak voel je je gestrest?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
Ik voel me gestrest door <u>alles wat ik moet doen</u> (school, huiswerk, social media, bijbaantje, sporten etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 15. 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
Overlijden van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van jezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psychische ziekte van iemand in je gezin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psychische ziekte van jezelf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verslaving aan alcohol, drugs of gokken van iemand in je gezin (niet roken)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Scheiding van je ouders	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 16. Hieronder staan een aantal uitspraken over jouzelf en je relaties. Geef voor iedere uitspraak aan hoe juist ze voor jou is.

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Helemaal onjuist	Eerder onjuist	Niet juist, niet onjuist	Eerder juist	Helemaal juist
1. Ik heb het gevoel dat ik goed kan opschieten met de mensen in mijn omgeving.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ik mis gezelschap.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ik voel me niet alleen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ik heb het gevoel dat ik tot een groep van vrienden behoor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ik heb met niemand meer een sterke band.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ik heb het gevoel dat niemand met mij wil omgaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ik voel me afgezonderd van anderen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ik kan gezelschap vinden, wanneer ik dat wil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 17. Heb je in de laatste 12 maanden er wel eens serieus over gedacht een eind te maken aan je leven?

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

Vraag 18. 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

Vraag 19. 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

Vraag 20. 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

Vraag 21. 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

Vraag 22. 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, Dubbelfriss light, Crystal Clear of Optimel) tellen **niet** mee.

We bedoelen wel:

- Frisdrank met suiker (zoals cola, sinas, Ictea (green), Spa & Fruit of Dubbelfriss)
- 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

Vraag 23. Op hoeveel dagen per week drink je drankjes met suiker?

- (Bijna) nooit **Ga naar vraag 25**
- 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

Vraag 24. 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

Vraag 25. 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 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

Vraag 26. 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

Vraag 27. Hoe vaak koop je onderstaande producten op school?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	(bijna) Nooit	Af en toe	1 of 2 dagen per week	3 of 4 dagen per week	5 dagen per week	Wordt niet verkocht op mijn school
Belegd broodje, tosti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snack (zoals kroket, frikadel, kaasbroodje, croissant)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fruit of groente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Snoep, koek of chocolade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zoet drankje (zoals cola, fristi, sinaasappelsap)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Indien alles '(bijna) nooit' of 'wordt niet verkocht op mijn school', dan naar vraag 29

Vraag 28. Waarom koop je eten of drinken op school?

Vink maximaal twee antwoorden aan

- Thuis niet ontbeten
- Geen lunch meegenomen van huis
- Alles wat ik van huis mee had al op en nog honger of dorst
- Trek in iets lekkers
- Vrienden/ vriendinnen kopen ook iets
- Anders

Vraag 29. 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 33**

Vraag 30. 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"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

[¹ Als 'nooit' geantwoord op vraag 30b, vragen 31 en 32b (in de laatste 4 weken) overslaan.]

Vraag 31. 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

Vraag 32. Hoe vaak ben je dronken of aangeschoten geweest door het drinken van alcohol?

Kruis op elke regel één vakje aan.

	Nooit	1 keer	2 keer	3 keer	4 t/m 10 keer	11 keer of vaker
In je hele leven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<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"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 33. 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 35**

Vraag 34. 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

Vraag 35. 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 37**
- Nee, nooit **Ga naar vraag 37**
- Ik weet niet wat dat is **Ga naar vraag 37**

Vraag 36. 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

Vraag 37. Heb je ooit wiet of hasj gebruikt?

- Ja
- Nee **Ga naar vraag 39**

Vraag 38. 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"/>	<input type="checkbox"/>
In de laatste 4 weken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 39. Hoe goed slaap je over het algemeen?

- Heel goed
- Redelijk goed
- Niet zo goed
- Helemaal niet goed

Vraag 40. Hoe vaak voel je je overdag slaperig of moe?

- (Bijna) nooit **Ga naar vraag 42**
- Een paar keer per maand
- Een paar keer per week
- (Bijna) elke dag

Vraag 41. Waardoor voel je je overdag slaperig of moe?

Je mag meer dan één antwoord geven.

- Ik ga te laat naar bed of moet te vroeg opstaan
- Ik kan moeilijk in slaap komen
- Ik word tijdens mijn slaap vaak wakker of lig 's nachts vaak/lang wakker
- Ik word 's ochtends uit mezelf te vroeg wakker
- Ik lig 's avonds/'s nachts te piekeren of maak me zorgen over dingen
- Ik sport 's avonds laat nog en kan daarna moeilijk in slaap komen
- Ik kijk 's avonds / 's nachts nog tv, ik game of zit op mijn telefoon
- Ik heb 's avonds / 's nachts last van lawaai of van geluid in mijn omgeving
- Andere reden
- Weet ik niet

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.

Vraag 42. 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

Vraag 43. 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 social media
- iemand bedreigen op social media
- gemene roddels over iemand online verspreiden
- vervelende foto's of filmpjes van iemand verspreiden

Vraag 44. 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

Vraag 45. 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

Vraag 46. 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

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met social media.

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

Vraag 47. 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
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>

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).

Vraag 48. Hoe vaak speel je games?

- (Bijna) nooit **Ga naar vraag 50**
- 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.

Vraag 49. 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
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>

Vraag 50. Ben je wel eens verliefd (geweest)?

- Nee, ik ben nooit verliefd
- Ja, op jongens
- Ja, op meisjes
- Ja op jongens én meisjes

Vraag 51. Heb je ooit met iemand gezoend (tongzoenen)?

- Ja
- Nee, nooit **Ga naar vraag 54**

Vraag 52. 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 54**

Vraag 53. Heb je altijd een condoom gebruikt toen je seks had?

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

Vraag 54. Heb je wel eens zonder dat je dat wilde een seksuele ervaring met iemand gehad? (Met seksuele ervaring bedoelen we alles van zoenen, intiem betasten tot naar bed gaan toe).

- Ja
- Nee
- Deze vraag wil ik niet beantwoorden

Vraag 55. Stel dat er in jouw klas een jongen zit die op jongens valt (homo is). Wat zou je wel, misschien of juist niet doen?

Kruis op iedere regel één vakje aan

	Zeker wel	Wel	Misschien wel, misschien niet	Niet	Zeker niet
ik zou rustig vriendschap met hem sluiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ik zou laten merken dat hij van me af moet blijven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ik zou in de pauze liever naast iemand anders gaan zitten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 56. Stel dat er in jouw klas een meisje zit die op meisjes valt (lesbisch is). Wat zou je wel, misschien of juist niet doen?

Kruis op iedere regel één vakje aan

	Zeker wel	Wel	Misschien wel, misschien niet	Niet	Zeker niet
ik zou rustig vriendschap met haar sluiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ik zou laten merken dat zij van me af moet blijven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ik zou in de pauze liever naast iemand anders gaan zitten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraag 57. Wat vind je van meisjes die zich een jongen voelen of jongens die zich een meisje voelen (transgenders)

- Normaal
- Een beetje raar
- Erg raar
- Verkeerd

Vraag 58. Als een jongen of een meisje op jouw school homoseksueel (of: homo of lesbisch) is, denk je dan dat diegene dat op school eerlijk zou kunnen vertellen?

- Ja, tegen iedereen op school
- Ja, alleen tegen zijn of haar vrienden
- Nee
- Dat weet ik niet

Vraag 59. Hieronder staan een aantal uitspraken die gaan over jouw thuis, jouw buurt, je opvoeding en relatie met je ouders. Geef bij iedere vraag aan hoe het voor jou is.

Kruis op elke regel één vakje aan.

Goed Voldoende Matig Onvoldoende

Liefde en aandacht die ik van mijn ouders of opvoeders krijg, vind ik...

Hiermee bedoelen we:

- Je voelt je door hen begrepen
- Ze hebben tijd voor je als je ze nodig hebt
- Je hebt een goede band met ze

Goed Voldoende Matig Onvoldoende

Ik vind de structuur, regels en ondersteuning die er thuis zijn...

Hiermee bedoelen we:

- Je staat op een vaste tijd op
- Je gaat elke dag naar school
- Er zijn afspraken en regels, waar jij je aan moet houden
- Er is thuis iemand die je helpt als dat nodig is

Goed Voldoende Matig Onvoldoende

Het goede voorbeeld dat ik krijg van mijn ouders of opvoeders vind ik...

Hiermee bedoelen we:

- Ruzie wordt uitgepraat
- Ze leggen dingen uit als je iets niet snapt
- Ze zorgen goed voor zichzelf en anderen
- Ze hebben werk of doen vrijwilligerswerk

Goed Voldoende Matig Onvoldoende

Ik vind de interesse van mijn ouders of opvoeders in wat ik belangrijk vind...

Hiermee bedoelen we:

- Je kunt je verhaal bij hen kwijt
- Ze luisteren naar jouw ideeën en wensen
- Je kan met hen praten als je problemen hebt
- Op sommige dagen hoef je niet naar school. Je mag dan zelf kiezen wat jij wilt doen

Goed Voldoende Matig Onvoldoende

De opvoeding die ik krijg vind ik...

Hiermee bedoelen we:

- Er wordt altijd goed voor je gezorgd
- Er staat altijd iemand voor je klaar
- Je hebt contact met volwassenen die belangrijk voor je zijn, of die langere tijd voor je hebben gezorgd (bijvoorbeeld familieleden of pleegouders)

Op school en in vrije tijd, is het voor mijn gevoel...

Goed	Voldoende	Matig	Onvoldoende
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hiermee bedoelen we:

- Je vindt het niet vervelend om naar school te gaan
- Je krijgt op school genoeg hulp en steun, zodat je goed kunt leren
- Je krijgt de kans om in je vrije tijd de dingen te doen die je leuk vindt of waar je goed in bent (bijvoorbeeld sport, muziek, toneel, scouting of skateboarden).

Het contact met vrienden vind ik...

Goed	Voldoende	Matig	Onvoldoende
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hiermee bedoelen we:

- Je doet leuke dingen met je vrienden
- Je kunt goed met je vrienden opschieten
- Je voelt je begrepen door hen
- Jouw vrienden houden rekening met wie jij bent

De hulp die ik van andere volwassenen krijg, is voor mijn gevoel

Goed	Voldoende	Matig	Onvoldoende
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hiermee bedoelen we:

- Behalve je ouders of opvoeders zijn er andere mensen die jou helpen. Bijvoorbeeld andere familie, burens of leraren.
- Als je vragen hebt of extra hulp nodig hebt kun je bij familieleden, burens, leraren of andere mensen terecht
- Je zit bij een sportclub of vereniging

De verzorging die ik krijg, vind ik...

Goed	Voldoende	Matig	Onvoldoende
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hiermee bedoelen we:

- Je krijgt genoeg te eten en te drinken
- Je hebt genoeg kleding
- Je krijgt genoeg slaap
- Er is een dokter wanneer je die nodig hebt

Het goede voorbeeld dat ik krijg van mensen die ik ken, vind ik...

Goed	Voldoende	Matig	Onvoldoende
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hiermee bedoelen we:

- Kinderen en volwassenen die jij kent zorgen goed voor zichzelf en voor anderen
- Kinderen en volwassenen die jij kent helpen elkaar graag
- Kinderen en volwassenen die jij kent behandelen elkaar met respect (zijn aardig voor elkaar)
- Kinderen en volwassenen die jij kent hebben een goede invloed op je

Ik vind het respect dat ik krijg... Goed Voldoende Matig Onvoldoende

Hiermee bedoelen we:

- Je wordt niet anders behandeld dan andere kinderen die jij kent (bijvoorbeeld om je geloof, om hoe je eruit ziet, omdat je arm of rijk bent, of omdat je een handicap hebt)
- Je hebt het gevoel dat anderen rekening houden met wie jij bent
- Je hebt het gevoel dat je dezelfde kansen krijgt als andere kinderen
- Je kunt alleen zijn wanneer jij dat wilt
- Jouw ouders, opvoeders of anderen, lezen niet zomaar mee met je WhatsAppgesprekken, e-mails of brieven

De veiligheid bij mij in huis, vind ik... Goed Voldoende Matig Onvoldoende

Hiermee bedoelen we:

- Je voelt je veilig bij jou thuis
- Er wordt bij jou thuis geen geweld gebruikt
- Er wordt bij jou thuis geen drugs gebruikt
- Er wordt bij jou thuis niet gescholden

De veiligheid bij mij in de buurt, vind ik... Goed Voldoende Matig Onvoldoende

Hiermee bedoelen we:

- Je voelt je veilig in jouw buurt
- Er is weinig ruzie in de buurt
- Er wordt niet vaak ingebroken in jouw buurt
- Er is geen crimineel gedrag
- Er hangen geen vervelende mensen of jongeren rond in jouw buurt

Ik vind de mate van zekerheid in mijn leven... Goed Voldoende Matig Onvoldoende

Hiermee bedoelen we:

- Je hebt vertrouwen in je toekomst
- Je woont langere tijd op één plek (je bent niet vaak verhuisd)
- Als er iets verandert dan wordt dat met jou besproken
- Je bent niet plotseling van school gewisseld
- Er zijn geen grote dingen gebeurd in je leven die je moeilijk of vervelend vond

Dit is het einde van de vragenlijst.

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst!

Informatie over je gezondheid, leefstijl, gevoel, relaties en andere zaken die belangrijk zijn voor jongeren vind je op www.jouwggd.nl. Op deze site kun je ook vragen stellen via chat of mail.