

# **Vragenlijst Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021 – GGD G&V**

*Versie september 2021*

## 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 zo goed mogelijk beantwoordt, ook al vind je het soms moeilijk om een antwoord te geven.
- Dit onderzoek is vertrouwelijk. Dat betekent dat we aan jouw antwoorden geen naam of adres koppelen. Niemand weet dus wat jij invult.

**Veel succes!**

## Achtergrondvragen

### Vraag 1. In welke klas/leerjaar zit je?

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

### Vraag 2. 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 3. Hoe oud ben je?

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

### Vraag 4. Ben je een ... ?

- Jongen
- Meisje
- Anders

**Vraag 5. 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 5, dan vraag 6 en 7 overslaan.]

**Vraag 6. In welke provincie woon je?**

We bedoelen de provincie waar je de meeste tijd woont.

\_\_\_\_\_ [in opklapscherm keuze uit alle provincie]

**Vraag 7. Wat is je woonplaats?**

We bedoelen de woonplaats waar je de meeste tijd woont.

\_\_\_\_\_ [in opklapscherm keuze uit alle woonplaatsen per provincie]

## Thuis

**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
- Anders (bijv. pleegouders, andere familie, internaat, ik woon op mezelf)

**Vraag 9. Hieronder staan een aantal uitspraken over jouw gezin (het gezin waar je het meeste bent). Geef aan of je het er mee eens bent of oneens.**

	Heel erg mee oneens	Erg mee oneens	Mee oneens	Tussenin	Mee eens	Erg mee eens	Heel erg mee eens
De mensen in mijn gezin doen echt hun best om mij te helpen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik krijg thuis de emotionele steun en hulp die ik nodig heb	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik kan thuis over mijn problemen praten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bij ons thuis willen ze me helpen om beslissingen te nemen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 10. 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

**Gezondheid**

**Vraag 11. Hoe is over het algemeen je gezondheid?**

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

**Lekker in je vel**



**Vraag 12. Hoe gelukkig voel je je meestal?**



**Vraag 13. De volgende vragen gaan over hoe je je in de laatste 4 weken hebt gevoeld. Wil je bij elke vraag het antwoord geven dat het beste aansluit bij hoe je je hebt gevoeld?**

Geef op elke regel één antwoord.

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

**Vraag 14. Ben je in de laatste 12 maanden behandeld voor psychische klachten?**

Bijvoorbeeld door huisarts, psycholoog of psychiater

- Ja
- Nee

**Vraag 15. Hoe goed passen de volgende uitspraken bij jou?**

Geef op elke regel één antwoord.

	Helemaal oneens	Oneens	Niet eens/niet oneens	Eens	Helemaal eens
Na een moeilijke periode herstel ik meestal weer snel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ik vind het moeilijk om me door stressvolle gebeurtenissen heen te slaan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 16. Hoeveel vertrouwen heb je in je toekomst?**

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
 Geen vertrouwen Heel veel vertrouwen

**Vraag 17. Hoe vaak heb je je eenzaam gevoeld, in de laatste 4 weken?**

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

**Vraag 18. Hoe vaak heb je je eenzaam gevoeld, in de laatste 12 maanden?**

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

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

Geef op elke regel één antwoord.

	Nooit meegemaakt	Heb ik meegemaakt	Maak ik nu mee
Overlijden van iemand in je gezin (denk aan je vader, moeder, broer of zus)	<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"/>
Regelmatige ruzies of geweld tussen je ouders	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zelf mishandeld door (één van) je ouders of door een andere volwassene	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 20. Hoe vaak heb je het gevoel dat je moet presteren om aan je eigen verwachtingen te voldoen?**

- Helemaal niet
- Soms
- Vaak
- Heel vaak

**Vraag 21. Hoe vaak heb je het gevoel dat je moet presteren om aan de verwachtingen van iemand anders te voldoen?**

- Helemaal niet **Ga naar vraag 23**
- Soms **Ga naar vraag 23**
- Vaak
- Heel vaak

**Vraag 22. Aan de verwachtingen van wie moet je voor jouw gevoel dan voldoen?**

*Je mag meer dan één antwoord geven.*

- Mijn ouders
- Leraren / school
- Coach, trainer of instructeur van mijn sport
- Docent van muziek, zang, dans of toneel
- Vrienden / vriendinnen
- Iemand anders
- Weet ik niet

## Bewegen en sport

**Vraag 23. 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 24. 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 25. Op hoeveel dagen per week sport of beweeg je in je vrije tijd zonder club, vereniging of sportschool?** *Zoals voetballen op straat, fietsen, hardlopen, skeeleren, zwemmen, thuis dansen, kranten bezorgen. Lopen en fietsen naar school tellen niet mee.*

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

**Vraag 26. 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

## Stress

### Vraag 27. Hoe vaak voel je je gestrest?

Geef op elke regel één antwoord.

	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"/>

## Pesten

De volgende vraag gaat over pesten. Met pesten bedoelen we het treiteren van een persoon op een manier die deze persoon echt niet leuk vindt. Pesten is bijvoorbeeld schelden, roddelen, vervelende berichtjes sturen, iets afpakken, spugen of iemand buitensluiten.

### Vraag 28. 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

De volgende vraag gaat 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 29. 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

### **Sexting**

**Vraag 30. Heeft iemand ooit tegen jouw zin vervelende foto's of filmpjes van jou verspreid (bijv. op internet gezet of via de mobiele telefoon naar anderen gestuurd)?**

- Ja
- Nee

**Vraag 31. 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 coronaperiode

### **Vraag 32. Wat heb je tijdens de coronaperiode meegemaakt?**

*Je mag meer dan één antwoord geven.*

- Ik ben in quarantaine geweest
- Ik heb corona gehad
- Ik heb in het ziekenhuis gelegen door corona
- Ik heb in het ziekenhuis gelegen door iets anders dan corona
- Iemand die belangrijk voor mij is, heeft corona gehad
- Iemand die belangrijk voor mij is, heeft in het ziekenhuis gelegen door corona
- Iemand die belangrijk voor mij is, heeft in het ziekenhuis gelegen door iets anders dan corona
- Iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan corona
- Iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan iets anders dan corona
- Minder werk of inkomen voor (een van) mijn ouders
- Geen van deze antwoorden → **ga naar vraag 36**

[Bij vraag 33 worden alleen de antwoordopties getoond die bij vraag 32 zijn aangekruist]

### **Vraag 33. Van welke gebeurtenissen heb je nu nog last?**

*Je mag meer dan één antwoord geven.*

- Ik heb geen last meer van deze gebeurtenissen → **ga verder naar vraag 36**
- Dat ik in quarantaine ben geweest
- Dat ik corona heb gehad
- Dat ik in het ziekenhuis heb gelegen door corona
- Dat ik in het ziekenhuis heb gelegen door iets anders dan corona
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, corona heeft gehad
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, in het ziekenhuis heeft gelegen door corona
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, in het ziekenhuis heeft gelegen door iets anders dan corona
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan corona
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan iets anders dan corona
- Minder werk of inkomen voor (een van) mijn ouders

[Vraag 34 wordt alleen gesteld indien meerdere items aangevinkt zijn bij vraag 33.  
Bij vraag 34 worden alleen de antwoordopties getoond die bij vraag 33 zijn aangekruist]

**Vraag 34. Welke gebeurtenis was het meest heftig voor jou?**

*Je mag één antwoord geven.*

- Dat ik in quarantaine ben geweest
- Dat ik corona heb gehad
- Dat ik in het ziekenhuis heb gelegen door corona
- Dat ik in het ziekenhuis heb gelegen door iets anders dan corona
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, corona heeft gehad
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, in het ziekenhuis heeft gelegen door corona
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, in het ziekenhuis heeft gelegen door iets anders dan corona
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan corona
- Dat iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan iets anders dan corona
- Minder werk of inkomen voor (een van) mijn ouders

[Bij {{geselecteerde gebeurtenis}} staat het antwoord uit vraag 33, indien daar één antwoord is gegeven, of het antwoord uit vraag 34, indien bij vraag 33 meerdere antwoorden zijn gegeven].

**Vraag 35. Hieronder staan een aantal uitspraken over dingen die je kunt doen als er iets schokkends of heel naars is gebeurd. Kruis het hokje aan dat aangeeft hoe vaak dit voor jou gold in de laatste 7 dagen. Als de uitspraak helemaal niet voor kwam in die tijd, kruis je het hokje "helemaal niet" aan. Houd bij het invullen de meest heftige gebeurtenis uit de coronaperiode in gedachten:**

**"{{geselecteerde gebeurtenis}}"**

*Geef op elke regel één antwoord.*

	Helemaal niet	Zelden	Soms	Vaak
Denk je er aan zonder dat je het wilt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Probeer je het uit je hoofd te zetten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vind je het moeilijk ergens met je aandacht bij te blijven of je te concentreren?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Komen er plotseling hele sterke gevoelens bij je op?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schrik je sneller of voel je je zenuwachtiger dan voor het gebeurde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Blijf je uit de buurt van dingen die je eraan herinneren (bijv. plaatsen of situaties)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Probeer je er niet over te praten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zie je er plotseling beelden van in je hoofd?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Doen andere dingen je er steeds aan denken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Probeer je er niet aan te denken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ben je snel geïrriteerd?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ben je over-voorzichtig of op je hoede ook als er geen duidelijke reden voor is?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Heb je slaapproblemen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Heb je hulp nodig? Dan kun je contact opnemen met MIND Young via [www.mindkorrelatie.nl](http://www.mindkorrelatie.nl).

**Vraag 36. Wat voor invloed hebben de coronamaatregelen gehad op onderstaande onderdelen van jouw leven? Zoals lockdowns, sluiting van scholen, digitaal lesgeven en 1,5 meter afstand houden.**  
Geef op elke regel één antwoord.

	Heel negatief	Best wel negatief	Niet positief en niet negatief	Best wel positief	Heel positief
Je leven in het algemeen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je gezondheid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoe goed je je voelt (bijv. hoe je met emoties en stress omgaat)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
De relatie met je familie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
De relatie met je vrienden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je schoolprestaties	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 37. Geef aan in hoeverre je het eens bent met onderstaande uitspraken.**  
Geef op elke regel één antwoord.

	Helemaal oneens	Oneens	Niet eens/niet oneens	Eens	Helemaal eens
Tijdens de lockdown was het in mijn buurt makkelijk om te sporten/bewegen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tijdens de lockdown was het in mijn buurt makkelijk om buiten op 1,5 meter afstand vrienden of familie te ontmoeten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tijdens de lockdown kon ik thuis een plek vinden voor mezelf als ik dat nodig had	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Alcohol, roken, drugs

**Vraag 38. 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<sup>1</sup>
- Nee --> **Ga naar vraag 42**

**Vraag 39. Op hoeveel dagen heb je alcohol gedronken?**

Geef op elke regel één antwoord.

	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 <sup>1</sup>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

[<sup>1</sup>Als 'Nooit' geantwoord op vraag 39b, vragen 40 en 41b (in de laatste 4 weken) overslaan]

**Vraag 40. 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 41. Hoe vaak ben je dronken of aangeschoten geweest door het drinken van alcohol?**

Geef op elke regel één antwoord.

	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 <sup>1</sup>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Vraag 42. 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 44**

**Vraag 43. 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 44. Heb je ooit wiet of hasj aangeboden gekregen?**

- Ja
- Nee --> Ga naar vraag 46

**Vraag 45. Waar heb je wel eens hasj of wiet aangeboden gekregen?**

*Je mag meer dan één antwoord geven.*

- Op school
- Thuis of bij vrienden thuis
- Op straat, in een park of bij een hangplek
- Op een festival, bij een concert of in een uitgaansgelegenheid (café, disco)
- In een sportkantine
- Ergens anders

**Vraag 46. Heb je ooit wiet of hasj gebruikt?**

- Ja
- Nee --> Ga naar vraag 48

**Vraag 47. Op hoeveel dagen heb je wiet of hasj gebruikt?**

*Geef op elke regel één antwoord.*

	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 48. Heb je ooit één van de volgende middelen aangeboden gekregen: XTC (ecstasy, MDMA), cocaïne, paddo's, amfetamine (uppers, pep of speed), LSD, GHB of heroïne?**

- Ja
- Nee --> Ga naar vraag 50

**Vraag 49. Waar heb je (één van) deze middelen aangeboden gekregen?**

*Je mag meer dan één antwoord geven.*

- Op school
- Thuis of bij vrienden thuis
- Op straat, in een park of bij een hangplek
- Op een festival, bij een concert of in een uitgaansgelegenheid (café, disco)
- In een sportkantine
- Ergens anders

## Vragen over school

**Vraag 50. Hoe vind je het op school?**

- Hartstikke leuk
- Leuk
- Gaat wel
- Niet leuk --> **Ga naar vraag 52**
- Vreselijk --> **Ga naar vraag 52**

**Vraag 51. Waardoor vind je het (een beetje) leuk of hartstikke leuk op school?**

*Je mag meer dan één antwoord geven.*

- De sfeer is gezellig
- Mijn klas/groep is leuk
- Ik heb (veel) vrienden/vriendinnen op school
- Ik word niet gepest
- De docenten zijn aardig
- De manier van lesgeven is leuk
- Ik heb niet zoveel moeite met leren
- Ik vind de meeste vakken leuk
- Ik zie het nut er van in
- Er is (veel) aandacht voor problemen van leerlingen
- Anders

**Vraag 52. Kun je met iemand op school (bijvoorbeeld docent, mentor, vertrouwenspersoon) praten als je ergens mee zit?**

- Ja
- Nee

**Vraag 53. Welke van de volgende dingen gebeuren wel eens op of bij jouw school?**

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Weet ik niet
Stelen van dingen van school of van leerlingen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Blowen door leerlingen in school of op het schoolterrein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Het dealen (aanbieden en/of verkopen) van drugs in of om school	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### [Zorg en hulp](#)

**Vraag 54. Soms heb je een probleem of zit je ergens mee. Heb je dan iemand bij wie je terecht kunt?**

- Ja
- Nee

**Vraag 55. Welke extra hulp of steun had je nodig tijdens de coronaperiode?**

*Je mag meer dan één antwoord geven.*

- Hulp omdat ik niet lekker in mijn vel zat
- Hulp bij lichamelijke klachten of pijn
- Hulp thuis bij het zorgen voor zieke familieleden
- Hulp thuis bij ruzies en problemen met mijn ouders
- Begeleiding bij mijn schoolwerk
- Informatie over leven in coronatijd
- Anders, namelijk: \_\_\_\_\_
- Ik had geen extra hulp of steun nodig



## Opkomen voor jezelf

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

### **Vraag 56. Geef aan in hoeverre je het eens bent met onderstaande uitspraken.**

Geef op elke regel één antwoord.

	Helemaal oneens	Oneens	Niet eens/niet oneens	Eens	Helemaal eens
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"/>

## Nare gedachten

### **Vraag 57. Heb je in de laatste 12 maanden er wel eens serieus over gedacht om een eind te maken aan je leven?**

- Nooit --> Ga naar vraag 59
- Een enkele keer
- Af en toe
- Vaak
- Heel vaak

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Stichting 113 Zelfmoordpreventie via 0800-0113 (24/7 bereikbaar) en 113.nl.

### **Vraag 58. Heb je de laatste 12 maanden een poging ondernomen om een eind te maken aan je leven?**

- Ja
- Nee

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Stichting 113 Zelfmoordpreventie via 0800-0113 (24/7 bereikbaar) en 113.nl.

## Klachten

**Vraag 59. Hoe vaak heb je in de laatste 4 weken last gehad van de volgende klacht(en)?**

*Geef op elke regel één antwoord.*

	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Zeer vaak
Buik- of maagklachten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hartkloppingen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoofdpijn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Duizeligheid of licht in het hoofd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Overgevoeligheid voor licht of geluid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spier- of gewrichtsklachten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hoesten of keelklachten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prikkelbaar of irritatie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Geheugen- of concentratieproblemen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Slaapproblemen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Moeheid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Social media en gamen

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met social media.

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

**Vraag 60. Kun je van de onderstaande ervaringen aangeven hoe vaak je deze hebt?**

*Geef op elke regel één antwoord.*

	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	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

te gebruiken?

Hoe vaak ga je social media gebruiken omdat je je rot voelt?

Hoe vaak kom je slaap te kort door social media?

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

**Vraag 61. Hoe vaak speel je games?**

- Bijna) nooit --> **Ga naar vraag 63**
- Minder dan 1 dag per week --> **Ga naar vraag 63**
- 1 dag per week --> **Ga naar vraag 63**
- 2 of 3 dagen per week --> **Ga naar vraag 63**
- 4 of 5 dagen per week
- Bijna) elke dag

De volgende vraag gaat over jouw ervaring met gamen.

**Vraag 62. Kun je van de onderstaande ervaringen aangeven hoe vaak je deze hebt?**

*Geef op elke regel één antwoord.*

	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"/>

## Seksualiteit

**Vraag 63. Heb je ooit met iemand gezoend (tongzoenen)?**

- Ja
- Nee, nooit --> Ga naar vraag 65

**Vraag 64. Heb je ooit seksuele gemeenschap gehad (sommigen noemen het ook "seks hebben", "het doen" of "met elkaar naar bed gaan")?**

- Ja
- Nee, nooit

**Vraag 65. 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

**Vraag 66. Als een leerling op jouw school lesbisch, homoseksueel, biseksueel, transgender of interseksueel (LHBTi) is, denk je dan dat deze leerling dat op school eerlijk kan vertellen?**

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

**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 op de sites hieronder:**

[JouwGGD.nl](https://www.jouwggd.nl)

Met filmpjes en tips voor jongeren over allerlei onderwerpen, zoals gezondheid, relaties, je lichaam en meer. Je kunt hier anoniem chatten, elke werkdag 14:00-22:00 uur en in het weekend van 18:00-20:00 uur.

[Website van het NJI](https://www.nji.nl)

Voor antwoorden op allerlei (corona)vragen en tips.

[Jongerenhulp online](https://www.jongerenhulp.nl)

Voor als je ergens mee zit of als je gewoon je hart wilt luchten (hoe groot of klein je probleem ook is): snel, anoniem en gratis hulp.

[Kindertelefoon](https://www.kindertelefoon.nl)

Bereikbaar via telefoonnummer 0800-0432 (ook via chat) voor als je ergens over wil praten, gratis en vertrouwelijk. Elke dag bereikbaar tussen 11:00 en 21:00 uur.

[MIND](https://www.mind.nl)

Voor hulp bij psychische problemen. Bereikbaar via telefoon, chat, WhatsApp en mail.

[Sense](https://www.sense.nl)

Voor al je vragen over seksualiteit.