



West-Brabant

Vragenlijst Gezondheidsmonitor Jeugd 2019 GGD West-Brabant



Vragenlijst Gezondheidsmonitor Jeugd 2019 GGD West-Brabant

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.

Vraag 7. Wat is je woonplaats?

We bedoelen de woonplaats waar je de meeste tijd woont.

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

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	☐	☐	☐	☐	☐
Ik zeg het als iemand iets doet wat ik vervelend vind	☐	☐	☐	☐	☐
Ik laat mij makkelijk overhalen om dingen te doen die ik niet wil	☐	☐	☐	☐	☐
Ik kan heel goed nee zeggen tegen mijn vrienden	☐	☐	☐	☐	☐
Ik vind het moeilijk om hulp te vragen als iemand mij lastig valt	☐	☐	☐	☐	☐
Ik doe alleen maar dingen die ik zelf echt wil	☐	☐	☐	☐	☐
Ik kom voor mezelf op als iemand mij uitscheldt, beledigt of bedreigt	☐	☐	☐	☐	☐
Als mijn vrienden iets doen wat ik eigenlijk niet wil dan doe ik toch maar mee	☐	☐	☐	☐	☐

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>	☐	☐	☐	☐	☐
Ik voel me gestrest door mijn <u>situatie thuis</u> (zoals zorgen, problemen of ruzies thuis)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik voel me gestrest door <u>eigen problemen</u> (zoals mijn gezondheid, ruzies met andere jongeren, geheimen of schulden)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik voel me gestrest over <u>wat anderen van me vinden</u>	☐	☐	☐	☐	☐
Ik voel me gestrest door <u>alles wat ik moet doen</u> (school, huiswerk, social media, bijbaantje, sporten etc.)	☐	☐	☐	☐	☐

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	☐	☐	
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van iemand in je gezin	☐	☐	☐
Ernstige lichamelijke ziekte of beperking van jezelf	☐	☐	☐
Psychische ziekte van iemand in je gezin	☐	☐	☐
Psychische ziekte van jezelf	☐	☐	☐
Verslaving aan alcohol, drugs of gokken van iemand in je gezin (niet roken)	☐	☐	☐
Scheiding van je ouders	☐	☐	☐

Niet alle problemen waar mensen mee zitten, kunnen ze zelf oplossen. Ze vragen hier dan hulp bij. Bij de volgende personen en organisaties kun je die hulp krijgen.

Vraag 16. Geef aan of je van de volgende personen en organisaties nu hulp krijgt, ooit hulp hebt gekregen of nooit hulp hebt gekregen.*Kruis op elke regel één vakje aan.*

	Krijg ik nu hulp van	Krijg ik nu geen hulp van maar heb ik wel ooit hulp van gekregen	Heb ik nooit hulp van gekregen
Familie, vriend of kennis	☐	☐	☐
Iemand van een club of vereniging	☐	☐	☐
Iemand van de kerk of moskee	☐	☐	☐
Leerlingbegeleider/intern begeleider/ zorgcoördinator op school	☐	☐	☐
Mentor op school	☐	☐	☐
Vertrouwenspersoon op school	☐	☐	☐
(School) arts/ verpleegkundige van de GGD	☐	☐	☐
Jongerenwerker	☐	☐	☐
Centrum voor jeugd en gezin (CJG)/ (sociale) wijkteam/ zorgteam	☐	☐	☐
Huisarts	☐	☐	☐
Begeleider van het maatschappelijk werk	☐	☐	☐
Psycholoog/orthopedagoog/psychiater (geven bijvoorbeeld therapie)	☐	☐	☐
Pleegzorg	☐	☐	☐
Voogd van jeugdbescherming	☐	☐	☐
Verslavingszorg (bijvoorbeeld Novadic-Kentron)	☐	☐	☐

Politie	☐	☐	☐
Veilig Thuis/ Raad voor de Kinderbescherming	☐	☐	☐
HALT/Jeugdreclassering	☐	☐	☐

De volgende vragen gaan over het geven van mantelzorg. Mantelzorg is de zorg die je geeft aan iemand uit je gezin of omgeving die voor langere tijd ziek is of hulp nodig heeft. Mantelzorg wordt niet betaald.

Bijvoorbeeld:

- 1) boodschappen doen, schoonmaken voor die bekende;
- 2) oppassen, aankleden en eten geven van jongere broertjes en zusjes;
- 3) helpen met eten, medicijnen geven aan die bekende.

Vraag 17. Geef jij nu mantelzorg aan iemand?

- ☐ Nee, want er is niemand die al lang ziek is of hulp nodig heeft **Ga naar vraag 20**
- ☐ Nee, want iemand anders zorgt voor de zieke **Ga naar vraag 20**
- ☐ Ja, maar niet elke dag
- ☐ Ja, elke dag

Vraag 18. Aan wie geef je mantelzorg?

Je mag meer dan één antwoord geven.

- ☐ Aan (één van) mijn ouders
- ☐ Aan een broer of zus
- ☐ Aan opa('s) of oma('s)
- ☐ Aan iemand anders (zoals andere familie, buren of kennissen)

Vraag 19. Vind je het zwaar om mantelzorg te geven?

- ☐ Nee
- ☐ Een beetje
- ☐ Ja

De volgende vraag gaat over vrijwilligerswerk. Vrijwilligerswerk is bijvoorbeeld werk bij een school, club of vereniging waar je niet voor betaald krijgt. Denk aan trainer bij een sportvereniging of leider bij de scouting.

Vraag 20. Doe je vrijwilligerswerk?

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

Vraag 21. Van welke van de volgende verenigingen, clubs of instellingen ben je lid?

Je mag hier meer dan één antwoord geven.

- ☐ Sportvereniging of sportclub
- ☐ Sportschool, fitnesscentrum
- ☐ Scouting
- ☐ Muziekschool
- ☐ Muziekgroep (bijvoorbeeld band, koor, fanfare)
- ☐ Dansgroep, toneelgroep
- ☐ Hobbyclub
- ☐ Carnavalsvereniging
- ☐ Club van de kerk of moskee
- ☐ Andere vereniging of club dan hierboven genoemd
- ☐ Ik ben geen lid van een club of vereniging

Vraag 22. 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 23. 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 24. 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 25. 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 26. 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, Ictea (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

Vraag 27. Op hoeveel dagen per week drink je drankjes met suiker?

- ☐ (Bijna) nooit **Ga 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

Vraag 28. 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 29. 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 31**
- ☐ 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 30. 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 31. 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 35**

Vraag 32. 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		☐	☐	☐	☐
In de laatste 4 weken	☐ ¹	☐	☐	☐	☐

Vraag 33. 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 34. 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	☐	☐	☐	☐	☐	☐
In de laatste 4 weken	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Vraag 35. Heb je ooit gerookt? Hiermee bedoelen we sigaretten en shag (siek), geen elektronische sigaret.

- ☐ Ja, een hele sigaret of meer
- ☐ Ja, alleen een paar trekjes
- ☐ Nee **Ga naar vraag 37**

Vraag 36. 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 37. 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 39**
- ☐ Nee, nooit **Ga naar vraag 39**
- ☐ Ik weet niet wat dat is **Ga naar vraag 39**

Vraag 38. 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 39. Heb je ooit wiet of hasj gebruikt?

- ☐ Ja
- ☐ Nee **Ga naar vraag 41**

Vraag 40. 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		☐	☐	☐	☐
In de laatste 4 weken	☐	☐	☐	☐	☐

Vraag 41. Heb je ooit wiet of hasj aangeboden gekregen?

- ☐ Ja
- ☐ Nee **Ga naar vraag 43**

Vraag 42. 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 43. Heb je ooit lachgas gebruikt?

- ☐ Ja
- ☐ Nee **Ga naar vraag 45**

Vraag 44. Op hoeveel dagen heb je lachgas gebruikt?

Kruis op iedere 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		☐	☐	☐	☐
In de laatste 4 weken	☐	☐	☐	☐	☐

Vraag 45. Heb je ooit lachgas aangeboden gekregen?

- ☐ Ja
- ☐ Nee **Ga naar vraag 47**

Vraag 46. Waar heb je wel eens lachgas 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 47. Heb je ooit één van de volgende middelen gebruikt: XTC (ecstasy, MDMA), cocaïne, paddo's, amfetamine (uppers, pep of speed), LSD, GHB of heroïne?

- ☐ Ja
- ☐ Nee **Ga naar vraag 49**

Vraag 48. Welke van de volgende middelen heb je gebruikt?

Kruis op iedere regel één vakje aan.

	Niet gebruikt	In de laatste 4 weken gebruikt	Wel gebruikt, maar langer dan 4 weken geleden
XTC (ecstasy, MDMA)	☐	☐	☐
Cocaïne (coke of wit)	☐	☐	☐
Paddo's (magic mushrooms of hallucinogene paddenstoeltjes)	☐	☐	☐
Amfetamine (uppers, pep of speed)	☐	☐	☐
LSD	☐	☐	☐
GHB	☐	☐	☐
Heroïne	☐	☐	☐

Vraag 49. 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 51**

Vraag 50. 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

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 51. 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 52. 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 53. 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 54. 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 55. 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 56. 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
Hoe vaak vind je het moeilijk om met social media te stoppen?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder tijd zou moeten besteden aan social media?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak gebruik je liever social media dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je geen social media kunt gebruiken?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak raffel je je huiswerk af om social media 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, Mac of spelcomputer (zoals Playstation, Xbox, Nintendo).

Vraag 57. Hoe vaak speel je games?

- ☐ (Bijna) nooit **Ga naar vraag 59**
- ☐ 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 58. 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?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder zou moeten gamen?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak ga je liever gamen dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je niet kunt gamen?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak raffel je je huiswerk af omdat je wilt gamen?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak ga je gamen omdat je je rot voelt?	☐	☐	☐	☐	☐
Hoe vaak kom je slaap te kort door het gamen?	☐	☐	☐	☐	☐

Vraag 59. Heb je ooit met iemand gezoend (tongzoenen)?

- ☐ Ja
☐ Nee, nooit **Ga naar het einde van de vragenlijst**

Vraag 60. 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 het einde van de vragenlijst**

Vraag 61. Heb je altijd een condoom gebruikt toen je seks had?

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

Dit is het einde van de vragenlijst.

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst!