

Tienerconsult - Vragenlijst leerlingen

Dit is een voorbeeld van de online vragenlijst voor tieners.

Gebruik je dit voorbeeld in plaats van de online vragenlijst? Vul dan de grijze vakken in.

Hallo,

Deze vragenlijst gaat over jou en je gezondheid. Het invullen duurt ongeveer een kwartier. Heb je een vraag? Steek dan even je vinger op. Heb je alle vragen ingevuld? Dan krijg je advies over onderwerpen die op jouw situatie van toepassing zijn.

Als uit je antwoorden blijkt dat je ergens mee zit, dan krijg je een uitnodiging voor een gesprek. Wil je zelf graag een gesprek? Dan kun je dat in de vragenlijst aangeven.

Via deze vragenlijst deel je vertrouwelijke informatie. We gaan daar zorgvuldig mee om. Alleen de jeugdverpleegkundige krijgt jouw antwoorden te zien. Zij praat er met niemand over zonder overleg met jou. School en je ouders/verzorgers krijgen jouw antwoorden dus niet zomaar te zien.

Tot slot: er zijn geen goede of foute antwoorden. Wees eerlijk tegen jezelf.

Succes!

Algemene vragen

Bij wie woon je de meeste dagen van de week?

Kies één antwoord.

- ☐ Bij mijn ouders (samen)
- ☐ Afwisselend bij vader en moeder
- ☐ Bij anderen (bijv. pleegouders, andere familie, internaat)
- ☐ Ik woon op mezelf

Hoe is jouw situatie?

- ☐ Mijn ouders zijn gescheiden
- ☐ Mijn vader/moeder is overleden
- ☐ Anders

Wat is jouw situatie?

Wil je hulp bij het omgaan met de scheiding van je ouders?

- ☐ Ik wil informatie
- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Nee

Wil je hulp bij het omgaan met het verlies van je ouder?

- ☐ Ik wil informatie
- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Nee

Je lichaam

Heb je vragen over je gezondheid?

- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Nee

Kan je goed zien?

- ☐ Ja
- ☐ Ja, met een bril of lenzen
- ☐ Nee

Kan je goed horen?

- ☐ Ja
- ☐ Ja, met een gehoorapparaat
- ☐ Nee

Heb je na het luisteren naar muziek wel eens een piep of doof gevoel in je oren?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Vaak

Ben je geboren als jongen of meisje?

- ☐ Jongen
- ☐ Meisje

Voor meisjes:

Ben je al eens ongesteld geweest?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Wil je informatie over ongesteld zijn?

- ☐ Ik wil informatie
- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Nee

Hoe voel jij je?

- ☐ Ik voel mezelf een jongen
- ☐ Ik voel mezelf een meisje
- ☐ Anders

Op welke andere manier zie jij jezelf?

Hoe vaak poets je je tanden?

- ☐ Elke dag 2x (of meer)
- ☐ Elke dag 1x
- ☐ Niet elke dag

Hoe vaak ga je onder de douche of in bad?

- ☐ Elke dag
- ☐ Paar keer per week
- ☐ Minder dan 1 keer per week

Welke ziekte of stoornis heb jij?

Je kan meerdere antwoorden geven.

- ☐ Aangeboren aandoening
- ☐ ADHD of ADD
- ☐ Angststoornis
- ☐ Astma of bronchitis
- ☐ Autisme
- ☐ Diabetes
- ☐ Dyslexie of dyscalculie
- ☐ Hartafwijking
- ☐ Ziekte van Pfeiffer
- ☐ Geen van deze

Krijg of wil je hier hulp bij?

- ☐ Ik krijg hier hulp bij en ben er tevreden over
- ☐ Ik krijg hier hulp bij, maar ben ontevreden
- ☐ Ik krijg hier geen hulp bij en wil dat ook niet
- ☐ Ik krijg hier geen hulp bij, maar wil dat wel

Heb je het afgelopen jaar een ziekte of klacht gehad?

Je kan meerdere antwoorden geven.

- ☐ Eetstoornis (anorexia of boulimia nervosa)
- ☐ Buikklachten (langer dan 3 maanden)
- ☐ Depressie
- ☐ Langdurige stress of burn-out
- ☐ Langdurige vermoeidheid
- ☐ Migraine of ernstige hoofdpijn
- ☐ Anders
- ☐ Nee

Welke ziekte of klacht heb jij?

Krijg je professionele hulp?

- ☐ Ja, van een dokter, psycholoog of therapeut
- ☐ Nee

Ben je tevreden over de hulp die je krijgt?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Wil je meer weten over vaccinaties?

Bijvoorbeeld de HPV-prik of Meningokokken prik

- ☐ Ik mis nog vaccinaties en wil deze graag komen halen
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Nee

Slapen

Ben je overdag slaperig of moe?

- ☐ Bijna nooit
- ☐ Paar keer per week
- ☐ Bijna elke dag

Hoe gaat het slapen bij jou?

Je kan meerdere antwoorden geven

- ☐ Ik ga te laat naar bed of moet vroeg opstaan
- ☐ Ik kan moeilijk in slaap komen
- ☐ Ik word 's nachts vaak wakker
- ☐ Ik kijk tot laat tv, game, of zit op mijn telefoon
- ☐ Ik lig in bed te piekeren of maak me zorgen
- ☐ Ik kan niet slapen vanwege lawaai of geluiden
- ☐ Ik sport tot laat en kan daarna moeilijk in slaap komen
- ☐ Ik word uit mezelf vroeg wakker
- ☐ Anders:

School

Hoe vind je het op school?

- ☐ Leuk
- ☐ Gaat wel
- ☐ Niet leuk

Hoe tevreden ben je over je cijfers?

- ☐ Tevreden
- ☐ Gaat wel
- ☐ Ontevreden

Mis je vaak lessen door ziekte of problemen?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Wil je hierover praten?

- ☐ Ik wil hierover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Nee

Contacten en Relaties

Heb je goed contact met kinderen van jouw leeftijd?

- ☐ Meestal wel
- ☐ Soms wel, soms niet
- ☐ Meestal niet

Kom jij op voor jezelf?

- ☐ Meestal wel
- ☐ Soms wel, soms niet
- ☐ Meestal niet

Voel je je alleen?

- ☐ Bijna nooit
- ☐ Soms
- ☐ Vaak

Word je gepest?

Fysiek of online

- ☐ Nooit
- ☐ Af en toe
- ☐ Vaak

Word je genegeerd, uitgescholden of buitengesloten?

Dit kan zijn thuis, op school of op de sportvereniging; fysiek of via social media.

- ☐ Nooit
- ☐ Af en toe
- ☐ Vaak
- ☐ Wil ik niet zeggen

Word je geschopt, geslagen of op een andere manier mishandeld?

- ☐ Nooit
- ☐ Af en toe
- ☐ Vaak
- ☐ Wil ik niet zeggen

Gevoelens

De volgende vragen gaan over de afgelopen 4 weken. Geef het antwoord dat het beste aansluit bij hoe je je hebt gevoeld.

Was je zenuwachtig?

- ☐ Altijd
- ☐ Meestal wel
- ☐ Vaak
- ☐ Soms
- ☐ Bijna nooit
- ☐ Nooit

Was je kalm en rustig?

- ☐ Altijd
- ☐ Meestal wel
- ☐ Vaak
- ☐ Soms
- ☐ Bijna nooit
- ☐ Nooit

Was je down (somber)?

- ☐ Altijd
- ☐ Meestal wel
- ☐ Vaak
- ☐ Soms
- ☐ Bijna nooit
- ☐ Nooit

Was je gelukkig?

- ☐ Altijd
- ☐ Meestal wel
- ☐ Vaak
- ☐ Soms
- ☐ Bijna nooit
- ☐ Nooit

Zat je zo erg in de put dat niets je kon opvrolijken?

- ☐ Altijd
- ☐ Meestal wel
- ☐ Vaak
- ☐ Soms
- ☐ Bijna nooit
- ☐ Nooit

Doe je jezelf wel eens expres pijn?

Bijvoorbeeld jezelf snijden of krassen

- ☐ Nooit
- ☐ Af en toe
- ☐ Vaak

Denk je er wel eens serieus over om een eind te maken aan je leven?

- ☐ Nooit
- ☐ Af en toe
- ☐ Vaak

Leefstijl

Ontbijt je voor je naar school gaat?

- ☐ Elke dag
- ☐ Soms
- ☐ (Bijna) nooit

Heb je problemen met eten (te veel eten of juist niet willen eten)?

- ☐ Nooit
- ☐ Af en toe
- ☐ Vaak

Welke afbeelding lijkt het meeste op jou?

Op de online vragenlijst zie je 8 afbeeldingen van jongeren met een verschillende lichaamsbouw.

Op welke afbeelding zou je het liefst willen lijken? *Op de online vragenlijst zie je 8 afbeeldingen van jongeren met een verschillende lichaamsbouw.*

Heb je vragen of wil je informatie over je lengte, gewicht of zelfbeeld?

- ☐ Nee
- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Wil ik niet zeggen

Op welke dagen ben je 1 uur of meer in beweging?

Tel al je beweging op, zoals fietsen, lopen, gym, en sporten.

- | | | |
|-----------|--------------------------|---------------------------|
| Maandag | ☐ ja | ☐ nee |
| Dinsdag | ☐ ja | ☐ nee |
| Woensdag | ☐ ja | ☐ nee |
| Donderdag | ☐ ja | ☐ nee |
| Vrijdag | ☐ ja | ☐ nee |
| Zaterdag | ☐ ja | ☐ nee |
| Zondag | ☐ ja | ☐ nee |

Drink je wel eens alcohol?

- ☐ Nee
- ☐ Ja

Heb je afgelopen maand alcohol gedronken?

- ☐ Nee
- ☐ Af en toe
- ☐ Vaak

Heb je afgelopen maand 5 of meer glazen alcohol op één avond gedronken?

- ☐ Nee
- ☐ Af en toe
- ☐ Vaak

Rook je of gebruik je een van deze middelen?
Je kan meerdere antwoorden geven.

- ☐ Sigaretten of shag
- ☐ E-sigaret of VAPE pen
- ☐ Shisha pen
- ☐ Waterpijp
- ☐ Wiet of hasj
- ☐ Snus
- ☐ Nee

Hoe vaak gebruik jij deze middelen?

- ☐ Minder dan 1 keer per week
- ☐ Paar keer per week
- ☐ Iedere dag

Heb je afgelopen maand hasj of wiet gebruikt?

- ☐ Nee
- ☐ 1 of 2 keer
- ☐ 3 keer of vaker

Heb je wel eens lachgas gebruikt?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Heb je afgelopen maand lachgas gebruikt?

- ☐ Nee
- ☐ 1 of 2 keer
- ☐ 3 keer of vaker

Heb je wel eens andere drugs gebruikt?

Denk aan GHB, cocaïne, heroïne, XTC (Light), speed, MDMA of paddo's.

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Hoe vaak heb je deze drugs gebruikt? *Zoals GHB, cocaïne, heroïne, XTC (Light), speed, MDMA of paddo's.*

- ☐ 1 tot 2 keer
- ☐ 3 tot 6 keer
- ☐ Meer dan 6 keer

Heb je afgelopen maand deze drugs gebruikt? *Zoals GHB, cocaïne, heroïne, XTC (Light), speed, MDMA of paddo's.*

- ☐ Nee
- ☐ 1 of 2 keer
- ☐ 3 keer of vaker

Hoeveel tijd ben jij online?

- ☐ Minder dan 1 uur per dag
- ☐ 1 tot 3 uur per dag
- ☐ 3 tot 5 uur per dag
- ☐ Meer dan 5 uur per dag

Hoeveel tijd ben je aan het gamen?

- ☐ Minder dan 1 uur per dag
- ☐ 1 tot 3 uur per dag
- ☐ 3 tot 5 uur per dag
- ☐ Meer dan 5 uur per dag

Hoeveel uur kijk je naar films, series of TV?

- ☐ Minder dan 1 uur per dag
- ☐ 1 tot 3 uur per dag
- ☐ 3 tot 5 uur per dag
- ☐ Meer dan 5 uur per dag

Heb je genoeg tijd voor activiteiten naast social media en gamen?

Zoals afspreken met vrienden, huiswerk maken of sporten?

- ☐ Meestal wel
- ☐ Soms wel, soms niet
- ☐ Meestal niet

Kan je stoppen met je mobiel of gamen als het tijd is om te gaan slapen?

- ☐ Ik stop meestal op tijd
- ☐ Ik stel het soms uit
- ☐ Ik blijf vaak langer doorgaan dan ik wil

Je kan hieronder aangeven over welke onderwerpen jij met de jeugdverpleegkundige zou willen praten

Je kan meerdere antwoorden geven

- ☐ Alcohol
- ☐ Roken
- ☐ Drugs
- ☐ Gamen
- ☐ Social Media
- ☐ Anders
- ☐ Geen van deze

Waar heb jij vragen over?

Relaties en seks

De volgende vragen gaan over relaties en seks. We zullen jouw antwoorden nooit zomaar met jouw ouders of school delen, dus je kan ze eerlijk invullen.

Heb je vragen over liefde, relaties of seks?

- ☐ Nee
- ☐ Ik wil informatie
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Ik wil chatten

Heb je vragen over SOA's, voorbehoedsmiddelen of zwangerschap?

- ☐ Ik weet niet wat een SOA is
- ☐ Nee
- ☐ Ik wil informatie
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Ik wil chatten

Heb je vragen over seksuele gevoelens of gedachten (zoals homo/bi/transgender)?

- ☐ Nee
- ☐ Ik wil informatie
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Ik wil chatten

Denk je dat leerlingen op jouw school kunnen vertellen dat ze LHBTI zijn?

LHBTI: lesbisch, homo, bi, transgender of intersekse

- ☐ Ja
- ☐ Alleen tegen vrienden
- ☐ Nee
- ☐ Dat weet ik niet

Heeft iemand tegen jouw zin naaktfoto's of seksuele filmpjes van jou verspreid?

Bijvoorbeeld online gezet of via de telefoon naar anderen gestuurd.

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Heeft iemand jou tegen jouw zin gezoend of aangeraakt op een intieme manier?

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Wil ik niet zeggen

Heb je wel eens seks met iemand gehad?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Gebruik je een condoom als je seks hebt?

- ☐ Altijd
- ☐ Soms
- ☐ Nooit

Ben je wel eens verder gegaan dan zoenen, in ruil voor geld, cadeautjes, drankjes of iets anders?

- ☐ Nee
- ☐ Ja

Wil je weten waar je gratis en anoniem een SOA-test kan doen, zonder dat je ouders, school, huisarts of verzekering het weten?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Thuis

Beantwoord de volgende vragen voor de ouder(s) bij wie je het meest woont.

Hoe gaat het tussen jou en de mensen waarmee jij in huis woont?

- ☐ Goed
- ☐ Gaat wel
- ☐ Niet goed

Heb je het gevoel dat je ouders je begrijpen?

- ☐ Ja
- ☐ Soms wel, soms niet
- ☐ Nee

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

- ☐ Ja
- ☐ Soms wel, soms niet
- ☐ Nee

Wil je over je thuissituatie praten?

- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Nee

Is er iemand ziek in jouw gezin, waardoor je minder tijd voor jezelf hebt?

Bijvoorbeeld doordat je het huishouden doet, jongere broertjes of zusjes helpt of mee gaat naar de dokter

- ☐ Nee
- ☐ Ja

Heb je genoeg tijd voor jezelf en voor je hobby's?

- ☐ Meestal wel
- ☐ Soms wel, soms niet
- ☐ Meestal niet

Geld en verdienen

Heb je een lening of schuld?

Bijvoorbeeld door kopen via Klarna. Of bij vrienden, ouders, internetgames of telefoonrekening.

- ☐ Nee
- ☐ 1 tot 50 euro
- ☐ 50 tot 100 euro
- ☐ Meer dan 100 euro

Ben je weleens gevraagd om snel geld te verdienen door iets mee te nemen of weg te brengen?

Bijvoorbeeld een pakketje voor iemand. Iets dat je geheim moest houden.

- ☐ Nee
- ☐ Ja, maar ik heb het niet gedaan
- ☐ Ja, en dat heb ik gedaan

Hebben jullie thuis voldoende geld voor eten, sporten, kleding, uitjes en de dokter?

- ☐ Meestal wel
- ☐ Soms wel, soms niet
- ☐ Meestal niet

Waar is geen geld voor?

Je kan meerdere antwoorden geven.

- ☐ Eten
- ☐ Sporten
- ☐ Kleding
- ☐ Uitjes
- ☐ Dokter of medicijnen

Tot slot

Heb je iets naars meegemaakt?

Je kan meerdere antwoorden geven.

- ☐ Ziekte van iemand in het gezin
- ☐ Verslaving van iemand in je gezin of van een vriend
- ☐ Incest (seks tussen gezins- of familieleden)
- ☐ Overlijden van iemand van wie je hield
- ☐ Discriminatie van jou of je familie
- ☐ Seksueel misbruik
- ☐ Geweld
- ☐ Nee
- ☐ Anders:

Krijg je hulp hiervoor?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Wil je hulp?

- ☐ Ik wil chatten
- ☐ Ik wil erover praten met de jeugdverpleegkundige
- ☐ Nee

Hoe tevreden ben je met je leven?

Geef een cijfer: 1 = Heel ontevreden, 10 = Heel tevreden.

- | | | | | |
|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|
| ☐ 1 | ☐ 2 | ☐ 3 | ☐ 4 | ☐ 5 |
| ☐ 6 | ☐ 7 | ☐ 8 | ☐ 9 | ☐ 10 |

Zijn er onderwerpen waarover jij wil praten met de jeugdverpleegkundige?

Een gesprek met de verpleegkundige hoeft niet alleen over jou te gaan. Je kan ook advies vragen over hoe je het beste kan omgaan met bijvoorbeeld je thuissituatie of een vriend, klasgenoot, broer of zus die in de problemen zit.

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Hier kun je invullen wat je nog toe te voegen of te vragen hebt.

Als je dit liever in een persoonlijk gesprek met de jeugdverpleegkundige doet, kan je deze vraag overslaan.

Jouw gegevens

Gebruik je dit voorbeeld in plaats van de online vragenlijst? Vul dan je gegevens in. *Het is belangrijk dat je jouw eigen telefoonnummer en e-mailadres invult en niet die van je ouders.*

Naam:

Geboortedatum:

Mobiel:

E-mail:
