

# Vragenlijst Gezondheidsmonitor Jeugd 2019

Beste leerling,

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

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

**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 hoe je je in de laatste 4 weken hebt gevoeld. Geef bij elke vraag het antwoord dat het beste aansluit bij hoe je je hebt gevoeld. Kruis op elke regel één vakje aan.**

	Nooit	Zelden	Soms	Vaak	Meestal	Voortdurend
Voelde je je 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 13. 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 14. 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 15. 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 16. 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"/>	<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 17. Heb je je in de laatste 4 weken eenzaam gevoeld?**

- Nooit
- Zelden
- Soms
- Vaak
- Altijd

**Vraag 18. Heb je zelf ooit een aardbeving meegemaakt waar je woont?**

- Nee **Ga naar vraag 21**
- Ja, maar langer dan 1 jaar geleden
- Ja, in het afgelopen jaar
- Weet ik niet **Ga naar vraag 21**

**Vraag 19. Hoe vaak heb je schade door aardbevingen gehad aan het huis waar je woont?**

- Nooit
- 1 keer
- 2 keer of vaker
- Weet ik niet

**Vraag 20. Wat waren voor jou in de laatste 3 maanden de gevolgen van gaswinning ?**

*Je kunt meerdere hokjes aankruisen.*

- Ik voelde me niet veilig in het huis waar ik woon
- Ik voelde me angstig in het huis waar ik woon
- Ik vond het moeilijk om me te concentreren
- Ik had moeite om te slapen in het huis waar ik woon
- Er waren voor mij andere gevolgen, namelijk..... (open vraag)
- Er waren voor mij geen gevolgen

**Vraag 21. 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 22. 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 23. 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 24. 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 25. Hoeveel uur per dag kijk je buiten schooltijd naar een beeldscherm?**

*LET OP: we bedoelen alle activiteiten die je zittend of liggend doet achter een beeldscherm, zoals TV of filmpjes kijken, iets opzoeken op internet voor je huiswerk, berichtjes sturen of zittend een spel spelen op een smartphone, tablet, laptop, pc etc.*

- Minder dan een half uur per dag
- Een half uur tot 1 uur per dag
- 1 tot 2 uur per dag
- 2 tot 3 uur per dag
- 3 tot 6 uur per dag
- 6 tot 9 uur per dag
- 9 uur of langer per dag

**Vraag 26. Hoeveel dagen per week ontbijt je meestal?**

- (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 27. Hoeveel dagen per week eet je fruit?**

*Voorbeelden van fruit zijn: appels, sinaasappels, mandarijnen, bananen etc.*

- (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. Op de dagen dat je fruit eet, hoeveel porties eet je dan meestal per dag?**

*Voorbeelden van 1 portie fruit zijn: 1 appel, 1 banaan, 1 perzik, 1 kiwi, 2 mandarijnen, 2 pruimen, een handje met druiven, kersen of aardbeien.*

- 1/2 portie per dag (bijvoorbeeld één mandarijn of een halve appel)
- 1 portie per dag
- 1 1/2 portie per dag
- 2 porties per dag
- 2 1/2 portie per dag
- 3 porties per dag

**Vraag 29. Hoeveel dagen per week eet je groente?**

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

- (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. Op de dagen dat je groente eet, hoeveel opscheplepels eet je dan meestal per dag?**

- Minder dan 1 opscheplepel per dag
- 1 opscheplepels per dag
- 2 opscheplepels per dag
- 3 opscheplepels per dag
- Meer dan 3 opscheplepels per dag

**Vraag 31. 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, Icetea (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 32. Op hoeveel dagen per week drink je drankjes met suiker?**

- (Bijna) nooit **Ga naar vraag 34**
- 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 33. 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 34. 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 36**
- 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 35. 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 36. Welke afspraak over alcohol drinken heb je met je ouders/verzorgers?**

- Geen afspraak
- Ik mag nooit alcohol drinken, bijvoorbeeld vanwege mijn geloof
- Ik mag geen alcohol drinken tot een bepaalde leeftijd
- Ik mag af en toe een paar slokjes drinken
- Ik mag 1 of 2 glazen per keer drinken
- Ik mag 3 glazen of meer per keer drinken
- Ik mag zoveel drinken als ik zelf wil
- Ik heb een andere afspraak met mijn ouders over het drinken van alcohol

**Vraag 37. 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 42**

**Vraag 38. Op hoeveel dagen heb je alcohol gedronken?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

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

[<sup>1</sup> Als 'nooit' geantwoord op vraag 38b, vragen 39, 40 en 41b (in de laatste 4 weken) overslaan.]

**Vraag 39. Hoe oud was je toen je begon met het maandelijks drinken van alcohol?**

Ik was   jaar oud

**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?**  
*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 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 45**

**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. Hoe oud was je toen je begon met het maandelijks roken van sigaretten?**

Ik was   jaar oud

**Vraag 45. 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 47**
- Nee, nooit **Ga naar vraag 47**
- Ik weet niet wat dat is **Ga naar vraag 47**

**Vraag 46. 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 47. Roken er mensen in je directe omgeving?**

- Ja
- Nee **Ga naar vraag 49**

**Vraag 48. Wie roken er in je directe omgeving?**

- Mijn (pleeg)ouders/verzorgers
- Mijn (stief)broer/zus
- Eén van mijn vrienden
- Eén van mijn klasgenoten waar ik mee om ga
- Eén van mijn teamgenoten bij de sportclub
- Iemand anders, namelijk.....

**Vraag 49. Heb je ooit wiet of hasj gebruikt?**

- Ja
- Nee **Ga naar vraag 35**

**Vraag 50. Op hoeveel dagen heb je wiet of hasj gebruikt?**

*Kruis op elke regel één vakje aan.*

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

**Vraag 51. Hoe oud was je toen je begon met het proberen van wiet of hasj?**

Ik was   jaar oud

**Vraag 52. Heb je in het afgelopen jaar één van de volgende middelen gebruikt: XTC (ecstasy, MDMA), cocaïne, paddo's, amfetamine (uppers, pep of speed), LSD, GHB, heroïne en/of lachgas?**

- Ja, in het afgelopen jaar gebruikt
- Ja, in de laatste vier weken gebruikt
- Nee

**Vraag 53. Hoe vind je het op school?**

- Hartstikke leuk
- Leuk
- Gaat wel
- Niet leuk
- Vreselijk

**Vraag 54. Hoeveel dagen ben je de laatste 4 weken dat er school was thuis gebleven, omdat je**

**ziek was?** *Vakantieweken niet meetellen bij die 4 weken.*   schooldagen

**Vraag 55. Hoeveel lesuren heb je de laatste 4 weken dat er school was gespijbeld?**

*Vakantieweken niet meetellen bij die 4 weken.*    lesuren schooldagen

**Vraag 56. Wat is voor jou de belangrijkste reden om te spijbelen?**

*Je mag één antwoord geven, dus alleen de belangrijkste reden.*

- Ik spijbel als ik mijn huiswerk niet af heb
- Ik spijbel als ik een proefwerk heb
- Ik spijbel als ik geen zin heb in school
- Ik spijbel als ik (veel) tussenuren heb
- Ik spijbel als ik problemen heb
- Ik spijbel niet
- Andere reden .....

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 57. 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 58. 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 59. 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 60. 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 61. 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 62. 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 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 63. Hoe vaak speel je games?**

- (Bijna) nooit **Ga naar vraag 65**
- 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 64. 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 65. Heb je ooit met iemand gezoend (tongzoenen)?**

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

**Vraag 66. 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 67. 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!