

Definitie document

Corona Gezondheidmonitor Jongvolwassenen
2022



Gelderland-Midden



HOE GAAT HET NU MET JE?

WAT IS JOUW

PANDEMIENING



Inhoudsopgave

Achtergrondkenmerken

Wonen, werk, opleiding
en financiën

Jongvolwassenen en de
coronaperiode

Gezondheid

Lekker in je vel

Mentaal welbevinden

Sociale omgeving

Weerbaarheid,
veerkracht en
vertrouwen

Bewegen en sporten

Alcohol

Roken en Drugs

Contact

Heeft u nog vragen over dit onderzoek? Neem dan contact op met het team onderzoek, informatie en advies via onderzoek@vggm.nl.



Gender

Vraag: Ben je....?

Antwoordopties: Een man; Een vrouw; Non-binair; Anders dan bovenstaande

Leeftijd

Vraag: Hoe oud ben je?

Antwoordopties: Jonger dan 16; 16; 17; 18; 19; 20; 21; 22; 23; 24; 25; Ouder dan 25

LHBTQ+

Vraag: Zie je jezelf als LHBTQ+?

Met LHBTQ bedoelen we Lesbisch, Homoseksueel, Biseksueel, Transgender en Queer. De plus betekent dat er ook nog andere seksuele identiteiten mogelijk zijn, bijvoorbeeld Interseks, Aseksueel en Panseksueel.

Antwoordopties: Ja; Nee; Weet ik niet; Zeg ik liever niet

Migratieachtergrond

Toelichting: Deze indicator is op de volgende drie vragen gebaseerd. Waarbij migratieachtergrond in 3 categorieën is ingedeeld op basis van de nieuwe CBS indeling.

Vraag: In welk land ben je geboren?

Antwoordopties: Nederland; België; Duitsland; Indonesië; Marokko; Polen; Suriname; Syrië; Turkije; Nederlandse Cariben (Aruba, Curaçao, Sint-Maarten, Bonaire, Sint Eustatius, Saba); Ander land, namelijk; Wil ik niet zeggen; Weet ik niet

Vraag: In welk land is je moeder geboren? Heb je twee vaders? Vul dan hier het geboorteland van één van je vaders in.

Antwoordopties: Nederland; België; Duitsland; Indonesië; Marokko; Polen; Suriname; Syrië; Turkije; Nederlandse Cariben (Aruba, Curaçao, Sint-Maarten, Bonaire, Sint Eustatius, Saba); Ander land, namelijk; Wil ik niet zeggen; Weet ik niet

Vraag: In welk land is je vader geboren? Heb je twee moeders? Vul dan hier het geboorteland van je andere moeder in?

Antwoordopties: Nederland; België; Duitsland; Indonesië; Marokko; Polen; Suriname; Syrië; Turkije; Nederlandse Cariben (Aruba, Curaçao, Sint-Maarten, Bonaire, Sint Eustatius, Saba); Ander land, namelijk; Wil ik niet zeggen; Weet ik niet

Opleiding

Toelichting: Deze indicator is op de volgende twee vragen gebaseerd. Waarbij opleiding in 3 categorieën is ingedeeld. Laag (Geen opleiding, vso, praktijkonderwijs, vmbo, mbo 1), Midden (mbo 2/3/4, havo, vwo), Hoog (hbo, wo)

Vraag: Welke opleiding volg je?

Antwoordopties: Voortgezet speciaal onderwijs (vso); Praktijkonderwijs; Vmbo-b/vmbo-k; Vmbo-g/vmbo-t/mavo; Havo; Vwo; Mbo niveau 1; Mbo niveau 2, 3 of 4; Hbo; Universiteit; Andere opleiding

Vraag: Wat is de hoogste opleiding die je hebt afgemaakt?

Antwoordopties: Voortgezet speciaal onderwijs (vso); Praktijkonderwijs; Vmbo-b/vmbo-k; Vmbo-g/vmbo-t/mavo; Havo; Vwo; Mbo niveau 1; Mbo niveau 2, 3 of 4; Hbo; Universiteit; Ik heb geen opleiding afgemaakt



Gezinssituatie

Vraag: Woon je bij je ouder(s)/verzorger(s)?

Antwoordopties: Ja; Nee

Vraag: Wat past het beste bij jouw woonsituatie?

Antwoordopties: Ik woon zelfstandig/alleen; Ik woon in een huis samen met anderen (bijvoorbeeld een studentenhuys); Ik woon samen met mijn partner; Ik woon samen met mijn partner en kind(eren); Ik woon alleen met mijn kind(eren); Ik heb geen vaste woon/verblijfplek; Anders

Werksituatie

Vraag: Ga je naar school of volg je een opleiding?

Antwoordopties: Ja; Nee

Vraag: Heb je betaald werk? *Een bijbaan en betaalde stage worden ook als betaald werk gezien.*

Antwoordopties: Ja; Nee

Vraag: Hoeveel uur werk je meestal per week?

Antwoordopties: 1-11 uur per week; 12-19 uur per week; 20-31 uur per week; 32 uur of meer per week

Vraag: Welke situatie is op jou van toepassing? *Je mag meer dan één antwoord geven.*

Antwoordopties: Ik ben werkloos/werkzoekend (geregistreerd bij het UWV WERKbedrijf); Ik ben arbeidsongeschikt of langdurig ziek (WIA, Wajong, WLZ); Ik heb een bijstandsuitkering; Geen van bovenstaande

Financiën

Vraag: In hoeverre ben je het eens met de volgende uitspraak: Ik heb moeite om alles te betalen wat moet.

Antwoordopties: Helemaal oneens; Oneens; Niet eens, niet oneens; Eens; Helemaal eens

Vraag: In hoeverre ben je het eens met de volgende uitspraak: Ik heb het gevoel dat ik weinig controle heb over mijn geldzaken.

Antwoordopties: Helemaal oneens; Oneens; Niet eens, niet oneens; Eens; Helemaal eens

Vraag: Heb je schulden (studieschuld en hypotheek niet meerekenen)?
Een schuld is een achterstand in betaling, bijvoorbeeld voor huur, online aankopen of een telefoonrekening.

Antwoordopties: Ja; Nee



Impact corona

Vraag: Hoe heeft de coronaperiode jouw leven beïnvloed?

Antwoordopties: Heel positief; Positief; Zowel positief als negatief; Negatief; Heel negatief; Geen invloed

Positieve gevolgen Corona

Vraag: Wat zijn voor jou de meest positieve gevolgen van de coronaperiode? *Je kunt maximaal 5 antwoorden aangeven.*

Items: Ik zit beter in mijn vel (bijv. minder stress); Meer rust (bijv. minder 'moeten', minder sociale verplichtingen); Betere balans tussen studie/werk en privé; Meer tijd voor familie of vrienden; Minder reistijd door thuis onderwijs volgen of thuis werken; Thuis onderwijs volgen of thuis werken; Ik ben gezonder gaan eten; Ik ben meer gaan bewegen; Ik slaap beter; Ik heb minder geld uitgegeven; Ik heb helemaal geen positieve effecten ervaren; Anders

Negatieve gevolgen Corona

Vraag: Wat zijn voor jou de meest negatieve gevolgen van de coronaperiode? *Je kunt maximaal 5 antwoorden aangeven.*

Items: Langdurig herstel na een coronabesmetting; Uitstel van zorg die ik nodig had; Overlijden of ernstig ziek zijn door corona van iemand die belangrijk voor mij is; Ik zit minder goed in mijn vel (bijv. meer stress); Niet kunnen bezoeken van bijvoorbeeld festivals, sportwedstrijden, of niet op vakantie naar het buitenland kunnen; Niet kunnen bijwonen van een belangrijke gebeurtenis (bijv. diploma-uitreiking of begrafenis); Niet naar (sport)clubs of (andere) verenigingen kunnen gaan; Familie of vrienden minder vaak kunnen zien of mensen of ouderen met een kwetsbare gezondheid niet kunnen bezoeken; Minder nieuwe mensen leren kennen; Minder kunnen daten; Ruzie of spanningen thuis, met familie of vrienden; Thuis onderwijs moeten volgen of thuis werken; Gestopt met studie of studievertraging; Dat privé en studie/werk te veel door elkaar lopen; Zorgen om baan of inkomen; Gebrek aan beweging; Ik heb helemaal geen negatieve effecten ervaren; Anders



Trauma

Vraag: Wat heb je tijdens de coronaperiode meegemaakt? Je mag meer dan één antwoord geven.

Items Ik heb corona gehad; Ik heb in het ziekenhuis gelegen door corona; Iemand die belangrijk voor mij is, heeft in het ziekenhuis gelegen door corona; Iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan corona; Ik bang was dat ik of iemand die belangrijk voor mij is corona zou krijgen; Ik heb in mijn werk veel mensen gezien die ernstig ziek waren of zijn overleden aan corona; Door de coronamaatregelen kon ik geen steun of zorg bieden aan iemand die belangrijk voor mij is; Door de coronamaatregelen kon ik geen afscheid nemen van iemand die is overleden; Ik had te maken met bedreiging en/of geweld door discussie over coronamaatregelen; Geen van deze antwoorden

Vraag: Van welke gebeurtenissen heb je nu nog last? Je mag meer dan één antwoord geven. (Alleen aangekruiste antwoordopties van de eerste vraag werden getoond)

Items Ik heb corona gehad; Ik heb in het ziekenhuis gelegen door corona; Iemand die belangrijk voor mij is, heeft in het ziekenhuis gelegen door corona; Iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan corona; Ik bang was dat ik of iemand die belangrijk voor mij is corona zou krijgen; Ik heb in mijn werk veel mensen gezien die ernstig ziek waren of zijn overleden aan corona; Door de coronamaatregelen kon ik geen steun of zorg bieden aan iemand die belangrijk voor mij is; Door de coronamaatregelen kon ik geen afscheid nemen van iemand die is overleden; Ik had te maken met bedreiging en/of geweld door discussie over coronamaatregelen; Geen van deze antwoorden

Bij meerdere antwoorden op voorgaande vraag:

Vraag: Welke gebeurtenis was het meest heftig voor jou? (Alleen aangekruiste antwoordopties van de tweede vraag werden getoond)

Items Ik heb corona gehad; Ik heb in het ziekenhuis gelegen door corona; Iemand die belangrijk voor mij is, heeft in het ziekenhuis gelegen door corona; Iemand die belangrijk voor mij is, is overleden aan corona; Ik bang was dat ik of iemand die belangrijk voor mij is corona zou krijgen; Ik heb in mijn werk veel mensen gezien die ernstig ziek waren of zijn overleden aan corona; Door de coronamaatregelen kon ik geen steun of zorg bieden aan iemand die belangrijk voor mij is; Door de coronamaatregelen kon ik geen afscheid nemen van iemand die is overleden; Ik had te maken met bedreiging en/of geweld door discussie over coronamaatregelen; Geen van deze antwoorden



Trauma vervolg

DSM-V gebaseerd op PCL5

Hieronder volgen problemen die mensen soms kunnen hebben na een zeer stressvolle gebeurtenis. Lees alsjeblieft elke omschrijving aandachtig door terwijl je denkt aan de volgende gebeurtenis:

"{{geselecteerde gebeurtenis}}"

Vraag: Geef aan in hoeverre je in de laatste 4 weken last hebt gehad van:

Items: Regelmatig terugkerende, onaangename en ongewenste herinneringen aan de stressvolle gebeurtenis?; Regelmatig terugkerende, onaangename dromen over de stressvolle gebeurtenis?; Opeens het gevoel hebben of je gedragen alsof de stressvolle gebeurtenis daadwerkelijk opnieuw plaatsvindt (alsof je terug bent in de tijd dat de gebeurtenis zich afspeelde, en het opnieuw beleeft)?; Erg van streek raken wanneer iets je aan de stressvolle gebeurtenis herinnert?; Een sterke lichamelijke reactie hebben wanneer iets je aan de stressvolle gebeurtenis herinnert (bijvoorbeeld: hartkloppingen, moeite met ademen, zweten)?; Het vermijden van herinneringen, gedachten of gevoelens die verband houden met de stressvolle gebeurtenis? Het vermijden van dingen die herinneringen zouden kunnen oproepen aan de stressvolle gebeurtenis (bijvoorbeeld: bepaalde mensen, plekken, gespreksonderwerpen, activiteiten, voorwerpen of situaties)?; Moeite hebben met het herinneren van belangrijke delen van de stressvolle gebeurtenis?; Sterke, negatieve overtuigingen hebben met betrekking tot jezelf, anderen of de wereld (bijvoorbeeld gedachten hebben zoals: ik ben slecht, er is iets vreselijk mis met mij, niemand is te vertrouwen, de wereld is door en door gevaarlijk)?; De schuld geven aan jezelf of aan anderen voor de stressvolle gebeurtenis of de gevolgen daarvan?; Sterke, negatieve gevoelens ervaren zoals angst, afschuw, boosheid, schuld of schaamte?; Verminderde interesse hebben in activiteiten die je eerder graag deed?; Afstand voelen tussen jezelf en andere mensen, of je vervreemd voelen van andere mensen?; 'Moeite hebben om positieve gevoelens te ervaren (bijvoorbeeld: niet in staat zijn om je gelukkig te voelen of om gevoelens van liefde te hebben voor de mensen die je nabij zijn)?; Prikkelbaarheid, woedeaanvallen, of je agressief gedragen?; Teveel risico's nemen of dingen doen die je schade zouden kunnen toebrengen?; "Superalert", waakzaam of op je hoede zijn?; Je nerveus voelen of snel schrikken?; Moeite hebben met concentreren?; Moeite hebben met inslapen of doorslapen?.

Antwoordopties: Helemaal niet; Een beetje; Matig; Nogal veel; Extreem veel



Uitgestelde zorg

Vraag: Heb je door de coronaperiode zorg niet of later ontvangen? *Denk hierbij aan zorg van bijvoorbeeld de huisarts, een fysiotherapeut, een psycholoog, een specialist in het ziekenhuis, de tandarts. Je mag meer dan één antwoord geven.*

Antwoordopties: Nee, ik heb geen zorg nodig gehad; Nee, afspraken zijn niet uitgesteld of afgezegd; Ja de zorgverlener heeft één of meerdere afspraken uitgesteld of afgezegd; Ja, ik heb zelf één of meerdere afspraken uitgesteld of afgezegd

Vraag: Waarom heb je ervoor gekozen om een afspraak uit te stellen of af te zeggen? *Je mag meer dan één antwoord geven.*

Antwoordopties: Ik was zelf besmet met het coronavirus, ik zat in quarantaine of in isolatie; Ik was bang om zelf besmet te worden met het coronavirus; Ik was bang om iemand anders te besmetten met het coronavirus; Ik wilde de zorg niet extra belasten; De afspraak kon alleen online en dat vond ik niet prettig; Een andere reden die te maken had met corona (bijvoorbeeld ik wou niet met het openbaar vervoer reizen vanwege corona); Een andere reden die niet te maken had met corona (bijvoorbeeld geen tijd)

Vraag: Heb je de zorg nu wel ontvangen?

Antwoordopties: Ja, alles; Ja, een deel; Nee, maar ik heb de zorg wel nodig; Nee, maar ik heb de zorg nu niet meer nodig (bijvoorbeeld omdat de klacht vanzelf is overgegaan)

Vraag: Ervaar je nu nog negatieve gevolgen van de uitgestelde zorg? *Bijvoorbeeld (meer) klachten of stress.*

Antwoordopties: Ja, veel; Ja, een beetje; Nee

Zorg en ondersteuning

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

Antwoordopties: Ja; Nee

Vraag: Welke hulp heb je nodig (gehad) door de coronaperiode? *Je mag meer dan één antwoord geven. We bedoelen hier hulp van iemand uit je eigen omgeving en/of professionele hulp.*

Antwoordopties: Hulp omdat ik niet lekker in mijn vel zat; Hulp bij lichamelijke klachten of pijn; Hulp bij het zorgen voor (zieke) familieleden; Hulp bij ruzies en problemen thuis; Begeleiding bij mijn opleiding; Financiële hulp; Hulp bij balans tussen werk/studie en privé; Andere hulp of steun; Ik heb geen extra hulp of steun nodig gehad door de coronaperiode



Ervaren gezondheid

Vraag: Hoe is over het algemeen je gezondheid?

Antwoordopties: Zeer goed; Goed; Gaat wel; Slecht; Zeer slecht

Overgewicht

Toelichting: over –en ondergewicht wordt vastgesteld aan de hand van de Body Mass Index (BMI). BMI wordt berekend als gewicht (kg)/ lengte (m²).

Vraag: Hoe lang ben je?

Antwoordoptie: [....cm]

Vraag: Hoeveel weeg je?

Indien vrouw → als je zwanger bent, gaat het om je gewicht voordat je zwanger was.

Antwoordoptie: [.....kg]

Gezondheidsklachten

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

Items: Buik- of maagklachten; hartkloppingen; hoofdpijn; duizeligheid of licht in het hoofd; overgevoeligheid voor licht of geluid; spier- of gewrichtsklachten; hoesten of keelklachten; prikkelbaar of geïrriteerd zijn; geheugen- of concentratieproblemen; slaapproblemen; vermoeidheid.

Antwoordopties: Nooit; Bijna nooit; Soms; Vaak; Zeer vaak

Huisarts bezocht

Vraag: Heb je in de laatste 12 maanden een huisarts bezocht voor een van de volgende klachten?

Items: Buik- of maagklachten; hartkloppingen; hoofdpijn; duizeligheid of licht in het hoofd; overgevoeligheid voor licht of geluid; spier- of gewrichtsklachten; hoesten of keelklachten; prikkelbaar of geïrriteerd zijn; geheugen- of concentratieproblemen; slaapproblemen; vermoeidheid.

Antwoordopties:

Nee; Ja, in de laatste 4 weken; Ja, langer dan 4 weken geleden

Indien voor ten minste één van de gezondheidsklachten 'Ja, in de laatste 4 weken' is ingevuld, dan behoor je in het rapport onder degene die in de afgelopen vier weken de huisarts hebben bezocht voor één of meerdere klachten.

Nee; Ja, in de laatste 4 weken; Ja, langer dan 4 weken geleden



Tevredenheid met vriendschap en relatie

Vraag: Heb je op dit moment een vaste relatie?

Antwoordopties: Nee; Nee, maar ik ben wel met iemand aan het daten; Ja

Vraag: Hoe tevreden ben je met de relatie met je partner?

Antwoordopties: Zeer tevreden; Tevreden; Neutraal; Ontevreden; Zeer ontevreden

De volgende vraag gaat over jouw beste vriend of vriendin. Het gaat hierbij dus niet om jouw partner. Als je geen beste vriend of vriendin hebt, denk dan aan degene met wie je het vaakst of het fijnst contact hebt. Geef aan welk antwoord het beste past.

Vraag: Hoe tevreden ben je met de relatie met je beste vriend(in)?

Antwoordopties: Zeer tevreden; Tevreden; Neutraal; Ontevreden; Zeer ontevreden

Geluk

Vraag: Voelde je je gelukkig in de laatste 4 weken?

Antwoordopties: Voortdurend; Meeestal; Vaak; Soms; Zelden; Nooit

Tevredenheid met jezelf, je lichaam en je leven.

Vraag: Hoe tevreden ben je met jezelf?

Geef een cijfer van 1 tot 10 te geven, waarbij 1 heel ontevreden en 10 heel tevreden is.

Antwoordopties: 1(Heel ontevreden; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10 (Heel tevreden).

Vraag: Hoe tevreden ben je met je lichaam?

Geef een cijfer van 1 tot 10 te geven, waarbij 1 heel ontevreden en 10 heel tevreden is.

Antwoordopties: 1(Heel ontevreden; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10 (Heel tevreden).

Vraag: Hoe tevreden ben je met je leven?

Geef een cijfer van 1 tot 10 te geven, waarbij 1 heel ontevreden en 10 heel tevreden is.

Antwoordopties: 1(Heel ontevreden; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10 (Heel tevreden).



Stress

Vraag: Hoe vaak voel je je gestrest?

Antwoordopties: Heel vaak; Vaak; Soms; Bijna nooit; Nooit.

Vraag: Waar heeft jouw stress mee te maken? *Je mag meer dan één antwoord geven.*

Antwoordopties: Studie of school; Werk of bijbaan; Mijn gezondheid; Mijn familie, vrienden of relatie; Wat anderen van mij vinden; Wat anderen van mij verwachten; De eisen die ik aan mijzelf stel; Sociale media; De combinatie van alles wat ik moet doen; Mijn woonsituatie; Mijn geldzaken of schulden; Mijn identiteit, seksualiteit of gender; Anders.

Psychische klachten

Toelichting: Om de psychische gezondheid bij jongeren te meten, is gebruik gemaakt van de 'Mental Health Inventory 5' (MHI-5).

Vraag: 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?

Items: Voelde je je erg zenuwachtig?; Voelde je je kalm en rustig?; Voelde je je neerslachtig en somber?; Voelde je je gelukkig?; Zat je zo erg in de put dat niets je kon opvrolijken?

Antwoordopties: Voortdurend; Meestal; Vaak; Soms; Zelden; Nooit.

Op basis van de antwoorden op deze vragen wordt een score berekend en wordt bepaald of iemand lichte, matige of ernstige psychische klachten heeft, of dat er geen sprake is van psychische klachten.

Nare gedachten

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

Antwoordopties: Nooit; Een enkele keer; Af en toe; Vaak; Heel vaak.

Eenzaamheid

Toelichting: Om eenzaamheid te meten is de Jong Gierveld vragenlijst gebruikt om onderscheid te maken tussen sociale en emotionele eenzaamheid

Vraag: Geef van de volgende uitspraak aan in hoeverre deze op jou, zoals je de laatste tijd bent, van toepassing is.

Items: Ik ervaar leegte om me heen.; Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narisheid kan terugvallen.; Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.; Ik mis mensen om me heen.; Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.; Vaak voel ik me in de steek gelaten.

Antwoordopties: Ja; Min of meer; Nee.

Op basis van de antwoorden op deze vragen wordt een score berekend en wordt bepaald of iemand sociaal of emotioneel eenzaam is.



Eenzaamheid

Toelichting: Om eenzaamheid te meten is de Jong Gierveld vragenlijst gebruikt om onderscheid te maken tussen sociale en emotionele eenzaamheid

Vraag: Geef van de volgende uitspraak aan in hoeverre deze op jou, zoals je de laatste tijd bent, van toepassing is.

Items: Ik ervaar leegte om me heen.; Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.; Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.; Ik mis mensen om me heen.; Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.; Vaak voel ik me in de steek gelaten.

Antwoordopties: Ja; Min of meer; Nee.

Op basis van de antwoorden op deze vragen wordt een score berekend en wordt bepaald of iemand niet, matig of sterk eenzaam, sociaal eenzaam en/of emotioneel eenzaam is.

Tevredenheid met relatie en vriendschappen

Vraag: Heb je op dit moment een vaste relatie?

Antwoordopties: Nee; Nee, maar ik ben wel met iemand aan het daten; Ja

Vraag: Hoe tevreden ben je met de relatie met je partner?

Antwoordopties: Zeer tevreden; Tevreden; Neutraal; Ontevreden; Zeer ontevreden.

De volgende vraag gaat over jouw beste vriend of vriendin. Het gaat hierbij dus niet om jouw partner. Als je geen beste vriend of vriendin hebt, denk dan aan degene met wie je het vaakst of het fijnst contact hebt. Geef aan welk antwoord het beste past.

Vraag: Hoe tevreden ben je met de relatie met je beste vriend(in)?

Antwoordopties: Zeer tevreden; Tevreden; Neutraal; Ontevreden; Zeer ontevreden

Mantelzorg

Vraag: Heb je de laatste 12 maanden mantelzorg gegeven? Met mantelzorg bedoelen we dat je iemand regelmatig helpt die vanwege een ziekte hulp nodig heeft, zonder dat je hiervoor betaald krijgt.

Antwoordopties: Ja; dit doe ik nog steeds; Ja, maar dat doe ik nu niet meer; Nee

Mishandeling

Vraag: Wordt je wel eens geestelijk mishandeld? Bijvoorbeeld vaak gepest, vernederd of uitgescholden

Antwoordopties: Ja; Nee, vroeger wel maar nu niet meer; Nee, nooit; Zeg ik liever niet

Vraag: Wordt je wel eens lichamelijk mishandeld? Bijvoorbeeld vaak geschopt, geslagen of vastgebonden.

Antwoordopties: Ja; Nee, vroeger wel maar nu niet meer; Nee, nooit; Zeg ik liever niet

In het rapport is 'Ja'en 'Nee, vroeger wel maar nu niet meer' samengevoegd tot ooit geestelijk of lichamelijk mishandeld. Indien iemand enkel ja heeft beantwoord dan wordt diegene nog steeds wel eens mishandeld.

Vraag: Heb je wel eens een seksuele ervaring met iemand gehad zonder dat je dat wilde? Met seksuele ervaring bedoelen we alles van zoenen, intiem aanraken tot seks

Antwoordopties: Ja; Nee; Zeg ik liever niet



Weerbaarheid

Vraag: Geef aan in hoeverre je het eens bent met onderstaande uitspraken.

Items: 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.

Antwoordopties: Helemaal oneens; Oneens; Niet eens/niet oneens; Eens; Helemaal eens

Op basis van de antwoorden op deze vragen wordt een score berekend en wordt bepaald of iemand (on)voldoende weerbaar is.

Veerkracht

Vraag: Hoe goed past de volgende uitspraak bij jou?

Stellingen: Na een moeilijke periode herstel ik meestal weer snel; Ik vind het moeilijk om me door stressvolle gebeurtenissen heen te slaan

Antwoordopties: Helemaal oneens; Oneens; Niet eens/niet oneens; Eens; Helemaal eens

Vertrouwen in de toekomst

Vraag: Hoeveel vertrouwen heb je in je eigen toekomst?

Antwoordopties: Schaal van 1 (geen vertrouwen) t/m 10 (heel veel vertrouwen)

Vraag: De volgende vraag gaan over de toekomst in het algemeen.

Items: Hoeveel zorgen maak je je over de werkgelegenheid?; Hoeveel zorgen maak je je over de woningmarkt?; Hoeveel zorgen maak je je over het klimaat?; Hoeveel zorgen maak je je over discriminatie van groepen in de samenleving?; Hoeveel zorgen maak je je over de tegenstellingen tussen groepen in de samenleving?; Hoeveel zorgen maak je je over oorlogen?

Antwoordopties: Schaal van 1 (Geen zorgen) t/m 5 (Heel veel zorgen)



Minimaal halfuur beweging per dag

Vraag: Hoeveel dagen per week beweeg je in totaal minimaal een halfuur? *Bijvoorbeeld sporten, lopen/fietsen naar school/werk of (zwaar) lichamelijk werk*

Antwoordopties: Minder dan 1 dag per week; 1 dag; 2 dagen; 3 dagen; 4 dagen; 5 dagen; 6 dagen; Elke dag

Sporten

Vraag: Hoeveel dagen per week sport je? *Hiermee bedoelen we zowel sporten bij een club, vereniging of sportschool als andere sportactiviteiten zoals hardlopen en wielrennen.*

Antwoordopties: Minder dan 1 dag per week; 1 dag; 2 dagen; 3 dagen; 4 dagen; 5 dagen; 6 dagen; Elke dag

Vraag: Ben je lid van een sportclub, sportvereniging of sportschool of heb je een (online) sportabonnement?

Antwoordopties: Jg; Nee

Sporten/bewegen in de buurt

Stelling: Ik vind mijn buurt prettig om in te bewegen (zoals hardlopen, wandelen of fietsen)

Antwoordopties:

Helemaal oneens; Oneens; Niet eens/niet oneens; Eens; Helemaal eens

Drinken van alcohol

Vraag: Heb je in de laatste 12 maanden alcohol gedronken?

Antwoordopties: Ja; Nee.

Toelichting: De vraag naar alcohol in de laatste 4 weken wordt alleen gesteld als er ooit alcohol is gedronken.

Vraag: Heb je in de laatste 4 weken alcohol gedronken?

Antwoordopties: Ja; Nee.

Aantal glazen per dag

Vraag: Hoeveel glazen drink je meestal op?

Items: Maandag t/m zondag

Antwoordopties: 0 glazen; 1 glas; 2-4 glazen; 5-6 glazen; 7 glazen of meer.

Toelichting: met de antwoordopties is bepaald welk percentage voldoet aan de richtlijn (niet of max. 1 glas alcohol per dag drinken) van de Gezondheidsraad

Zware drinkers

Toelichting: Iemand is zware drinker indien je tenminste 1 dag in de week 6 of meer glazen alcohol drinkt (mannen) of 4 of meer glazen (vrouwen). Deze vraag wordt alleen gesteld als er in de afgelopen 12 maanden alcohol is gedronken.

Vraag mannen: Hoe vaak heb je 6 of meer glazen alcohol op één dag gedronken in de laatste 6 maanden?

Vraag vrouwen: Hoe vaak heb je 4 of meer glazen alcohol op één dag gedronken in de laatste 6 maanden?

Antwoordopties: Minstens 1 keer per week; Minstens 1 keer per maand, maar niet elke week; Minder dan 1 keer per maand; Nooit.

Normalisatie alcoholgebruik

Vraag: Hoe vaak drink je alcohol als je alleen bent?

Antwoordopties: Nooit; Zelden; Soms; Vaak; Altijd

Vraag: Mijn vrienden vinden het normaal om 10 of meer glazen alcohol op één dag of avond te drinken.

Antwoordopties: Helemaal oneens; Oneens; Neutraal; Eens; Helemaal eens



Roken

Vraag: Rook je weleens sigaretten of shag? We bedoelen hier roken van tabak, geen e-sigaret. Als je niet rookt, maar een keer een sigaret geprobeerd hebt, kun je 'nee' invullen.

Antwoordopties: Ja; Nee, maar ik heb vroeger wel gerookt; Nee.

Frequentie roken

Toelichting: De vraag naar hoe vaak een jongvolwassenen rookt, wordt alleen gesteld als er ooit is gerookt.

Vraag: Hoe vaak rook je?

Antwoordopties: Elke dag; Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag; Minder dan 1 keer per week.

Bovenstaande antwoordopties worden gebruikt voor de volgende categorieën:

- Elke dag → dagelijks roken
- Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag → wekelijks roken
- Minder dan 1 keer in de week → wel eens roken

Drugs

Vraag: Welke van de volgende middelen heb je ooit gebruikt? Je mag meer dan één antwoord geven.

Antwoordopties: Cannabis (hasj, wiet/marihuana); Lachgas; XTC (ecstasy, MDMA); ADHD medicijnen zonder doktersrecept (zoals Ritalin of Concerta); Amfetamine (pep of speed); Cocaïne (snuifcoke/sos/coke/wit); GHB; Ketamine; Paddo's of truffels; 2C-B; 3-MMC (Poes) of 4-MMC (Mefedron/Miauwmiau); Anders; Ik heb nooit middelen gebruikt.

Vraag: Welke van de volgende middelen heb je in de laatste 4 weken gebruikt? Je mag meer dan één antwoord geven.

Antwoordopties: Cannabis (hasj, wiet/marihuana); Lachgas; XTC (ecstasy, MDMA); ADHD medicijnen zonder doktersrecept (zoals Ritalin of Concerta); Amfetamine (pep of speed); Cocaïne (snuifcoke/sos/coke/wit); GHB; Ketamine; Paddo's of truffels; 2C-B; 3-MMC (Poes) of 4-MMC (Mefedron/Miauwmiau); Anders; Ik heb de laatste 4 weken geen middelen gebruikt.