

Definitieve Vragenlijst GM Jongvolwassenen 2024

Inhoudsopgave

Introductie	2
Achtergrondvragen	3
Leeftijd	3
Gender	3
Geografische indicator	3
Migratieachtergrond	4
Opleiding	4
Werksituatie	5
Gezin-/huishoudsamenstelling	6
Financiën	6
Gezondheid	7
Ervaren gezondheid	7
Slaap	7
Lekker in je vel	7
Tevredenheid met jezelf/je lichaam/je leven	7
Psychische klachten (MHI-5)	8
Stress	10
Prestatiedruk	11
Veerkracht	12
Vertrouwen in de toekomst	12
Eenzaamheid	14
Leefstijl	15
Lengte en gewicht	15
Bewegen	15
Alcoholgebruik	16
Roken	18
Drugsgebruik	19
Diversiteit in gender, sekse en seksuele oriëntatie	21
Seksualiteit	21
Mishandeling	22



Zorg en hulp	23
Mantelzorg geven	23
Sociale steun	24
Opkomen voor jezelf	24
Nare gedachten	26
Digitale leefomgeving	26
Gamen	26
Sociale media gebruik	27
Online gokken	28
De coronaperiode	29
Impact coronaperiode	29
Long covid	29
Aanvullende vragen	30
GGD-panel	30
Prijs	31
Einde vragenlijst	31

Introductie

Welkom!

De GGD is benieuwd hoe het met je gaat. Jouw antwoorden helpen ons een goed beeld te krijgen van de gezondheid, het welzijn en de leefstijl van jongvolwassenen in Nederland. Zo kunnen we die, samen met gemeenten en de Rijksoverheid, verbeteren!

Ben jij tussen de 16 en 25 jaar en woon je in Nederland? Doe dan mee aan ons onderzoek!

- Er zijn geen foute antwoorden. Het gaat om jouw mening en jouw ervaringen.
- Het invullen van de vragenlijst is vrijwillig. Als je een vraag niet wilt beantwoorden, mag je die overslaan¹.
- De vragenlijst invullen duurt ongeveer 10 tot 15 minuten.
- Als je de vragenlijst invult, maak je kans op een cadeaubon van €25 of €400,-. Na het invullen zie je direct of je gewonnen hebt.
- Je antwoorden worden direct opgeslagen, ook als je eerder stopt met het invullen van de vragenlijst. Wil je je antwoord op een vraag veranderen of wissen? Ga dan terug naar de vraag door op  te klikken, verander of wis het antwoord en klik daarna opnieuw op  .
- Alles wat je invult blijft vertrouwelijk. Informatie over je privacy(rechten) en hoe wij omgaan met jouw gegevens kun je vinden in de privacyverklaring.



Door op  te klikken begrijp ik dat ik met het beantwoorden van deze vragenlijst gegevens over mijn gezondheid invul, die op groepsniveau worden geanalyseerd door het RIVM en de GGD uit mijn regio.

Onderaan kleine button naar Engelse vragenlijst (vlaggetje), digitoegankelijke versie en de veelgestelde vragen.

¹ Uitzondering hierop zijn de vragen naar leeftijd en gender.

Achtergrondvragen

Leeftijd

Vraag 1. Hoe oud ben je?

- Jonger dan 16 jaar
- 16 jaar
- 17 jaar
- 18 jaar
- 19 jaar
- 20 jaar
- 21 jaar
- 22 jaar
- 23 jaar
- 24 jaar
- 25 jaar
- Ouder dan 25 jaar

[Indien jonger dan 16 of ouder dan 25 jaar, einde vragenlijst met uitleg waarom ze niet kunnen meedoen]

Gender

Vraag 2. Ben je ... ?

- Een man
- Een vrouw
- Non-binair
- Anders dan bovenstaande

Geografische indicator

Vraag 3. Wat zijn de 4 cijfers van je postcode?

We bedoelen het huisadres waar je de meeste tijd woont.

- Ik woon niet in Nederland --> einde vragenlijst met uitleg dat respondent niet in aanmerking komt voor de vragenlijst.

[Indien gewenst (per GGD te bepalen en vervolgens in te bouwen o.b.v. bepaalde postcoderanges)]:

Vraag 3a. Wat zijn de 2 letters van je postcode?

Vul de letters in die horen bij de postcode die je bij de vorige vraag hebt ingevuld.

[Doorverwijzing: naar volgende onderwerp.]

Vraag 4a. In welke provincie woon je? [als vraag 3 niet is ingevuld]

We bedoelen de provincie waar je de meeste tijd woont.

____ [in opklapscherm keuze uit alle provincies in Nederland – mogelijkheid om provincie in te typen]

Vraag 4b. Wat is je woonplaats? [als vraag 3 niet is ingevuld]

We bedoelen de woonplaats waar je de meeste tijd woont.

____ [in opklapscherm keuze uit alle woonplaatsen binnen de bij vraag 4a gekozen provincie – mogelijkheid om woonplaats in te typen]

Migratieachtergrond

Vraag 5. Ben je in Nederland geboren?

- Ja
- Nee -> ga naar volgend onderwerp

Vraag 6. Zijn allebei jouw ouders in Nederland geboren?

- Ja
- Nee

Opleiding

Vraag 7. Ga je naar school of volg je een opleiding?

Doe je dit jaar eindexamen? Vul dan ja in.

- Ja
- Nee --> ga naar vraag 8b

Vraag 8a. Welke opleiding volg je?

Doe je dit jaar eindexamen? Vul dan in op welk niveau je examen doet.

- Voortgezet speciaal onderwijs (vso) --> ga naar vraag 9
- Praktijkonderwijs--> ga naar vraag 9
- Vmbo-b/vmbo-k--> ga naar vraag 9
- Vmbo-g/vmbo-t/mavo--> ga naar vraag 9
- Havo--> ga naar vraag 9
- Vwo--> ga naar vraag 9
- Mbo niveau 1--> ga naar vraag 9
- Mbo niveau 2--> ga naar vraag 9
- Mbo niveau 3--> ga naar vraag 9
- Mbo niveau 4--> ga naar vraag 9
- Hbo--> ga naar vraag 9
- Universiteit--> ga naar vraag 9
- Andere opleiding --> ga naar vraag 8b

[Vraag 8b alleen stellen als 8a = 'Andere opleiding' (of vraag 7 = 'nee')]

Vraag 8b. Wat is de hoogste opleiding die je hebt afgemaakt?

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

Werk situatie

Vraag 9. Heb je betaald werk?

Een bijbaan en betaalde stage zijn ook betaald werk.

- Ja
- Nee --> [ga naar vraag 11](#)

Vraag 10. Hoeveel uur werk je meestal per week?

- 1-11 uur per week
- 12-19 uur per week
- 20-31 uur per week
- 32-35 uur per week
- 36 uur of meer per week

[Deze vraag alleen stellen als vraag 9 = nee]

Vraag 11. Welke situatie is op jou van toepassing?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Ik ben werkloos/werkzoekend
- Ik ben arbeidsongeschikt of langdurig ziek (WIA, Wajong, WLZ)
- Ik heb een bijstandsuitkering
- Geen van bovenstaande

Vraag 12. Woon je bij je ouder(s)/verzorger(s)?

- Ja --> ga naar vraag 14
- Nee

Vraag 13. Wat past het beste bij jouw woonsituatie?

- Ik woon alleen
- Ik woon in een huis samen met anderen (bijvoorbeeld een studentenhuis)
- 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

Financiën

Vraag 14. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik heb moeite om alles te betalen wat moet

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 15. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik heb het gevoel dat ik weinig controle heb over mijn geldzaken

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 16. Heb je schulden (studieschuld en hypotheek niet meerekenen)?

Een schuld is een achterstand in betaling, bijvoorbeeld voor huur, online aankopen of een telefoonrekening.

- Ja
- Nee

Vraag 17. Heb je een studieschuld?

Een studieschuld is een lening bij DUO die je na je opleiding moet terugbetalen.

- Ja
- Nee --> [ga naar vraag 19](#)

Vraag 18. Maak je je zorgen over je studieschuld?

- Ja
- Nee

Gezondheid

Ervaren gezondheid

Vraag 19. Hoe is over het algemeen je gezondheid?

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

Slaap

Vraag 20. Hoe goed slaap je meestal?

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

Vraag 21. Hoe vaak voel je je overdag slaperig of moe doordat je niet goed slaapt?

- (Bijna) nooit
- Een paar keer per maand
- Een paar keer per week
- (Bijna) elke dag

Lekker in je vel

Tevredenheid met jezelf/je lichaam/je leven

Vraag 22. Hoe tevreden ben je met jezelf?

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

- 1 (Heel ontevreden)
- 2

-
- 3
 - 4
 - 5
 - 6
 - 7
 - 8
 - 9
 - 10 (Heel tevreden)

Vraag 23. Hoe tevreden ben je met je lichaam?

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

- 1 (Heel ontevreden)
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10 (Heel tevreden)

Vraag 24. Hoe tevreden ben je met je leven?

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

- 1 (Heel ontevreden)
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10 (Heel tevreden)

Psychische klachten (MHI-5)

Vraag 25. Hoe is meestal je mentale (psychische) gezondheid?

- Zeer goed
- Goed
- Gaat wel

-
- Slecht
 - Zeer slecht

De volgende vraag gaat 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?

Vraag 26. Voelde je je erg zenuwachtig?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit

De volgende vraag gaat 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?

Vraag 27. Voelde je je kalm en rustig?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit

De volgende vraag gaat 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?

Vraag 28. Voelde je je neerslachtig en somber?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit

De volgende vraag gaat 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?

Vraag 29. Voelde je je gelukkig?

- Voortdurend
 - Meestal
 - Vaak
-

-
- Soms
 - Zelden
 - Nooit

De volgende vraag gaat 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?

Vraag 30. Zat je zo erg in de put dat niets je kon opvrolijken?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit

Vraag 31. Voel je je door psychische klachten beperkt in jouw dagelijks leven?

Denk hierbij aan school/studie, werk en vrije tijd.

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit
- Ik heb geen psychische klachten

Stress

Vraag 32. Hoe vaak voel je je gestrest?

- Heel vaak
- Vaak
- Soms
- Bijna nooit
- Nooit --> [Ga naar vraag 34](#)

Vraag 33. Waar heeft jouw stress mee te maken?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Studie of school
- Werk of bijbaan
- Mijn familie, vrienden of relatie
- Wat anderen van mij vinden

-
- Wat anderen van mij verwachten
 - De eisen die ik aan mijzelf stel
 - FOMO (bang om iets leuks of belangrijks te missen)
 - Sociale media
 - De combinatie van alles wat ik moet doen
 - Mijn woonsituatie
 - Mijn geldzaken of schulden
 - Mijn gezondheid
 - Mijn identiteit, seksualiteit of gender
 - Anders

Prestatiedruk

Sommige jongvolwassenen voelen druk om aan verwachtingen te voldoen. Ze hebben vaak het gevoel dat ze iets goed of beter moeten doen. Bijvoorbeeld hoge cijfers halen, een goede baan hebben of voldoen aan het perfecte plaatje.

Vraag 34. Voel je druk om aan je eigen verwachtingen te voldoen?

- Nee, nooit
- Ja, soms
- Ja, regelmatig
- Ja, vaak

Vraag 35. Voel je druk om aan de verwachtingen van iemand anders te voldoen?

- Nee, nooit --> [Ga naar vraag 37](#)
- Ja, soms
- Ja, regelmatig
- Ja, vaak

Vraag 36. Je geeft aan dat je druk voelt om aan verwachtingen van iemand anders te voldoen. Door wie of wat voel je deze druk?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Ouder(s) of verzorger(s)
- Andere familieleden
- Mijn partner/relatie/verkering
- Vrienden/vriendinnen
- Docenten of klasgenoten van school of opleiding
- Trainer of docent van vereniging (bijv. sport- of muziekvereniging)
- Leidinggevende of collega's op het werk
- Sociale media
- De maatschappij/samenleving

-
- iets of iemand anders

Veerkracht

Vraag 37. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Na een moeilijke periode herstel ik meestal weer snel

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 38. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik vind het moeilijk om me door stressvolle gebeurtenissen heen te slaan

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vertrouwen in de toekomst

Vraag 39. Hoeveel vertrouwen heb je in je eigen toekomst?

Geef een cijfer van 1 tot en met 10, waarbij 1 geen vertrouwen en 10 heel veel vertrouwen is.

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

Vraag 40. De volgende vraag gaat over een onderwerp waarover je je zorgen kunt maken.

Hoeveel zorgen maak je je over de werkgelegenheid?

Geef een cijfer van 1 tot en met 5, waarbij 1 geen zorgen en 5 heel veel zorgen is.

- 1 (Geen zorgen)
- 2

-
- 3
 - 4
 - 5 (Heel veel zorgen)

Vraag 41. De volgende vraag gaat over een onderwerp waarover je je zorgen kunt maken.

Hoeveel zorgen maak je je over de woningmarkt?

Geef een cijfer van 1 tot en met 5, waarbij 1 geen zorgen en 5 heel veel zorgen is.

- 1 (Geen zorgen)
- 2
- 3
- 4
- 5 (Heel veel zorgen)

Vraag 42. De volgende vraag gaat over een onderwerp waarover je je zorgen kunt maken.

Hoeveel zorgen maak je je over het klimaat?

Geef een cijfer van 1 tot en met 5, waarbij 1 geen zorgen en 5 heel veel zorgen is.

- 1 (Geen zorgen)
- 2
- 3
- 4
- 5 (Heel veel zorgen)

Vraag 43. De volgende vraag gaat over een onderwerp waarover je je zorgen kunt maken.

Hoeveel zorgen maak je je over discriminatie?

Geef een cijfer van 1 tot en met 5, waarbij 1 geen zorgen en 5 heel veel zorgen is.

- 1 (Geen zorgen)
- 2
- 3
- 4
- 5 (Heel veel zorgen)

Vraag 44. De volgende vraag gaat over een onderwerp waarover je je zorgen kunt maken.

Hoeveel zorgen maak je je over oorlogen?

Geef een cijfer van 1 tot en met 5, waarbij 1 geen zorgen en 5 heel veel zorgen is.

- 1 (Geen zorgen)
- 2
- 3
- 4

-
- 5 (Heel veel zorgen)

Vraag 45. De volgende vraag gaat over een onderwerp waarover je je zorgen kunt maken.

Hoeveel zorgen maak je je over stijgende prijzen?

Geef een cijfer van 1 tot en met 5, waarbij 1 geen zorgen en 5 heel veel zorgen is.

- 1 (Geen zorgen)
- 2
- 3
- 4
- 5 (Heel veel zorgen)

Vraag 46. De volgende vraag gaat over een onderwerp waarover je je zorgen kunt maken.

Hoeveel zorgen maak je je over tegenstellingen tussen groepen in de samenleving?

Geef een cijfer van 1 tot en met 5, waarbij 1 geen zorgen en 5 heel veel zorgen is.

- 1 (Geen zorgen)
- 2
- 3
- 4
- 5 (Heel veel zorgen)

Eenzaamheid

Vraag 47. Denk aan de laatste tijd. Geldt de volgende uitspraak voor jou?

Ik ervaar een leegte om me heen.

- Ja
- Min of meer
- Nee

Vraag 48. Denk aan de laatste tijd. Geldt de volgende uitspraak voor jou?

Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.

- Ja
- Min of meer
- Nee

Vraag 49. Denk aan de laatste tijd. Geldt de volgende uitspraak voor jou?

Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.

- Ja
- Min of meer
- Nee

Vraag 50. Denk aan de laatste tijd. Geldt de volgende uitspraak voor jou?

Ik mis mensen om me heen.

- Ja
- Min of meer
- Nee

Vraag 51. Denk aan de laatste tijd. Geldt de volgende uitspraak voor jou?

Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.

- Ja
- Min of meer
- Nee

Vraag 52. Denk aan de laatste tijd. Geldt de volgende uitspraak voor jou?

Vaak voel ik me in de steek gelaten.

- Ja
- Min of meer
- Nee

Leefstijl

Lengte en gewicht

Vraag 53. Hoe lang ben je? (zonder schoenen)

centimeter

Vraag 54. Hoeveel weeg je zonder kleren? (afroonden op hele kilo's)

Ben je zwanger? Vul dan het gewicht van vóór je zwangerschap in.

kilo

Bewegen

Vraag 55. Hoeveel dagen per week beweeg je in totaal minimaal een half uur?

Bijvoorbeeld sporten, lopen/fietsen naar school/werk of (zwaar) lichamelijk werk

- Minder dan 1 dag per week
- 1 dag
- 2 dagen
- 3 dagen
- 4 dagen
- 5 dagen
- 6 dagen
- Elke dag

Vraag 56. Hoeveel dagen per week sport je?

We bedoelen hiermee zowel sporten bij een club of sportschool als andere sportactiviteiten zoals hardlopen of wielrennen.

- Minder dan 1 dag per week
- 1 dag
- 2 dagen
- 3 dagen
- 4 dagen
- 5 dagen
- 6 dagen
- Elke dag

Vraag 57. Ben je lid van een sportclub, sportschool of heb je een (online) sportabonnement?

- Ja
- Nee

Alcoholgebruik

Vraag 58. Heb je in de laatste 12 maanden alcohol gedronken?

- Ja
- Nee --> [ga naar vraag 70](#)

Vraag 59. Heb je in de laatste 4 weken alcohol gedronken?

- Ja
- Nee

Vraag 60. Hoeveel glazen alcohol drink je meestal op maandag?

- 0 glazen
- 1 glas
- 2, 3 of 4 glazen
- 5 of 6 glazen
- 7 glazen of meer

Vraag 61. Hoeveel glazen alcohol drink je meestal op dinsdag?

- 0 glazen
- 1 glas
- 2, 3 of 4 glazen
- 5 of 6 glazen
- 7 glazen of meer

Vraag 62. Hoeveel glazen alcohol drink je meestal op woensdag?

- 0 glazen
- 1 glas
- 2, 3 of 4 glazen
- 5 of 6 glazen
- 7 glazen of meer

Vraag 63. Hoeveel glazen alcohol drink je meestal op donderdag?

- 0 glazen
- 1 glas
- 2, 3 of 4 glazen
- 5 of 6 glazen
- 7 glazen of meer

Vraag 64. Hoeveel glazen alcohol drink je meestal op vrijdag?

- 0 glazen
- 1 glas
- 2, 3 of 4 glazen
- 5 of 6 glazen
- 7 glazen of meer

Vraag 65. Hoeveel glazen alcohol drink je meestal op zaterdag?

- 0 glazen
- 1 glas
- 2, 3 of 4 glazen
- 5 of 6 glazen
- 7 glazen of meer

Vraag 66. Hoeveel glazen alcohol drink je meestal op zondag?

- 0 glazen
- 1 glas
- 2, 3 of 4 glazen
- 5 of 6 glazen
- 7 glazen of meer

[Deze vraag stellen als gender = Vrouw of gender = Non-binair/Anders]

Vraag 67. Denk aan de laatste 6 maanden: hoe vaak heb je 4 of meer glazen alcohol gedronken op 1 dag?

- Minstens 1 keer per week
- Minstens 1 keer per maand, maar niet elke week
- Minder dan 1 keer per maand
- Nooit

[Deze vraag stellen als gender = Man of gender = Non-binair/Anders]

Vraag 68. Denk aan de laatste 6 maanden: hoe vaak heb je 6 of meer glazen alcohol gedronken op 1 dag?

- Minstens 1 keer per week
- Minstens 1 keer per maand, maar niet elke week
- Minder dan 1 keer per maand
- Nooit

Vraag 69. Hoe vaak drink je alcohol als je alleen bent?

- Nooit
- Zelden
- Soms
- Vaak
- Altijd

Vraag 70. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Mijn vrienden vinden het normaal om 10 of meer glazen alcohol op 1 dag of avond te drinken.

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Roken

Vraag 71. Rook je wel eens sigaretten of shag?

We bedoelen hier het roken van tabak, niet vaperen (e-sigaret).

- Ja
- Nee, maar ik heb vroeger wel gerookt --> [ga naar vraag 73](#)
- Nee --> [ga naar vraag 73](#)

Vraag 72. Hoe vaak rook je sigaretten of shag?

- Elke dag

-
- Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
 - Minder dan 1 keer per week

Vraag 73. Vape je wel eens (e-sigaret)?

- Ja
- Nee, maar ik heb vroeger wel gevapet --> [ga naar vraag 75](#)
- Nee --> [ga naar vraag 75](#)

Vraag 74. Hoe vaak vape je?

- Elke dag
- Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
- Minder dan 1 keer per week

Vraag 75. Gebruik je wel eens snus of nicotinezakjes?

- Ja
- Nee, maar ik heb deze vroeger wel gebruikt --> [ga naar volgend onderwerp](#)
- Nee --> [ga naar volgend onderwerp](#)

Vraag 76. Hoe vaak gebruik je snus of nicotinezakjes?

- Elke dag
- Minstens 1 keer per week, maar niet elke dag
- Minder dan 1 keer per week

Drugsgebruik

Vraag 77. Welke van de volgende drugs/middelen heb je ooit gebruikt?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Wiet (cannabis, hasj)
- Lachgas
- XTC (ecstasy, MDMA, M)
- ADHD medicijnen zonder doktersrecept (zoals Ritalin of Concerta)
- Amfetamine (pep of speed)
- Cocaine (snuifcoke/sos/coke/wit)
- GHB
- Ketamine (ket)
- Paddo's of truffels
- 2C-B
- 3-MMC (Poes) of 4-MMC (Mefedron/Miauwmiau)
- Andere drugs/middelen

-
- Ik heb nooit drugs/middelen gebruikt --> door naar vraag 80

[In vraag 78 worden alleen de drugs uitgevraagd die in vraag 77 zijn aangevinkt]

Vraag 78. Welke van de volgende drugs/middelen heb je de laatste 12 maanden gebruikt?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Wiet (cannabis, hasj)
- Lachgas
- XTC (ecstasy, MDMA, M)
- ADHD medicijnen zonder doktersrecept (zoals Ritalin of Concerta)
- Amfetamine (pep of speed)
- Cocaïne (snuifcoke/sos/coke/wit)
- GHB
- Ketamine (ket)
- Paddo's of truffels
- 2C-B
- 3-MMC (Poes) of 4-MMC (Mefedron/Miauwmiau)
- Andere drugs/middelen
- Ik heb de laatste 12 maanden geen drugs/middelen gebruikt --> door naar vraag 80

[In vraag 79 worden alleen de drugs uitgevraagd die in vraag 78 zijn aangevinkt]

Vraag 79. Welke van de volgende drugs/middelen heb je de laatste 4 weken gebruikt?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Wiet (cannabis, hasj)
- Lachgas
- XTC (ecstasy, MDMA, M)
- ADHD medicijnen zonder doktersrecept (zoals Ritalin of Concerta)
- Amfetamine (pep of speed)
- Cocaïne (snuifcoke/sos/coke/wit)
- GHB
- Ketamine (ket)
- Paddo's of truffels
- 2C-B
- 3-MMC (Poes) of 4-MMC (Mefedron/Miauwmiau)
- Andere drugs/middelen
- Ik heb de laatste 4 weken geen drugs/middelen gebruikt

Diversiteit in gender, sekse en seksuele oriëntatie

Vraag 80. Zie je jezelf als LHBTQIA+?

- Ja
- Nee --> [door naar vraag 82](#)
- Weet ik niet --> [door naar vraag 82](#)

Vraag 81. Heb je het gevoel dat je bij anderen jezelf mag zijn als LHBTQIA+er?

- Nooit
- Soms
- Meestal
- Altijd

Seksualiteit

Vraag 82. Heb je ooit seks gehad?

Met seks bedoelen we vaginale, orale of anale seks.

- Nee --> [ga naar volgende onderwerp](#)
- Ja, maar niet in de laatste 6 maanden --> [ga naar volgende onderwerp](#)
- Ja, in de laatste 6 maanden

Vraag 83. Met hoeveel verschillende personen had je in de laatste 6 maanden seks?

- 1
- 2
- 3
- 4 of meer

Vraag 84. Gebruikte jij of je sekspartner(s) een condoom of beflapje in de laatste 6 maanden als jullie seks hadden?

- Nooit
- Soms
- Meestal
- Altijd

Vraag 85. Welke anticonceptiemethode gebruikte jij of je sekspartner bij de laatste keer vaginale seks?

Anticonceptie is iets wat je gebruikt om niet zwanger te worden.

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Condoom
- De pil
- Spiraaltje

-
- Prikpil of pleisterpil
 - Hormoonring of NuvaRing
 - Hormoonstaafje
 - De penis terugtrekken voor het klaarkomen
 - Bijhouden van cyclus (bijvoorbeeld via een app of door temperatuur te meten)
 - Ander soort anticonceptie
 - Wij gebruikten geen anticonceptie
 - Ik had geen vaginale seks
 - Weet ik niet

Mishandeling

Vraag 86. Word je geestelijk mishandeld?

Bijvoorbeeld een langere tijd regelmatig gepest, vernederd, bedreigd of uitgescholden.

- Ja
- Nee, vroeger wel maar nu niet meer
- Nee, nooit --> [ga naar vraag 88](#)

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Veilig Thuis via 0800-2000 (24/7 bereikbaar) en veiligthuis.nl.

Vraag 87. Waar word of werd je geestelijk mishandeld?

- Thuis
- Ergens anders
- Zowel thuis als ergens anders

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Veilig Thuis via 0800-2000 (24/7 bereikbaar) en veiligthuis.nl.

Vraag 88. Word je wel eens lichamelijk mishandeld?

Bijvoorbeeld *geschopt, geslagen of vastgebonden*.

- Ja
- Nee, vroeger wel maar nu niet meer
- Nee, nooit --> [ga naar vraag 90](#)

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Veilig Thuis via 0800-2000 (24/7 bereikbaar) en veiligthuis.nl.

Vraag 89. Waar word of werd je lichamelijk mishandeld?

- Thuis
- Ergens anders
- Zowel thuis als ergens anders

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Veilig Thuis via 0800-2000 (24/7 bereikbaar) en veiligthuis.nl.

Vraag 90. 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.

- Ja
- Nee --> [ga naar vraag 92](#)

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Veilig Thuis via 0800-2000 (24/7 bereikbaar) en veiligthuis.nl.

Vraag 91. Waar vond(en) deze ongewenste seksuele ervaring(en) plaats?

- Thuis
- Ergens anders
- Zowel thuis als ergens anders

Heb je hulp nodig? Dan kun je anoniem contact opnemen met Veilig Thuis via 0800-2000 (24/7 bereikbaar) en veiligthuis.nl.

Zorg en hulp

[Mantelzorg geven](#)

Vraag 92. Heb je de laatste 12 maanden mantelzorg gegeven?

Met mantelzorg bedoelen we dat je iemand regelmatig helpt die vanwege een ziekte of andere problemen hulp nodig heeft, zonder dat je hiervoor betaald krijgt.

- Ja, dit doe ik nog steeds
- Ja, maar dat doe ik nu niet meer --> [ga naar het volgende onderwerp](#)
- Nee --> [ga naar het volgende onderwerp](#)

Vraag 93. Vind je het geven van deze mantelzorg zwaar?

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

Vraag 94. Voel je je beperkt in het doen van andere dingen omdat je mantelzorg geeft?

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

Sociale steun

Vraag 95. Soms heb je een probleem of zit je ergens mee. Heb je dan iemand bij wie je terecht kan?

- Ja
- Nee --> [ga naar vraag 97](#)

Vraag 96. Bij wie kan je terecht als je een probleem hebt of ergens mee zit?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Mijn ouder(s) of verzorger(s)
- Andere familieleden
- Mijn partner/relatie
- Mijn vriend(en)/vriendin(nen)
- Iemand op school/opleiding (zoals docent, mentor, vertrouwenspersoon)
- Iemand op mijn werk (zoals collega, leidinggevende)
- Een hulpverlener (zoals huisarts, psycholoog, jeugdverpleegkundige)
- Iemand anders (zoals jongerenwerker, trainer, buren)

Opkomen voor jezelf

Vraag 97. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik weet wat ik wel en niet wil

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 98. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik zeg het als iemand iets doet wat ik vervelend vind

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 99. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik laat mij makkelijk overhalen om dingen te doen die ik niet wil

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 100. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik kan heel goed nee zeggen tegen mijn vrienden

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 101. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik vind het moeilijk om hulp te vragen als iemand mij lastigvalt

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 102. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik doe alleen maar dingen die ik zelf echt wil

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 103. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik kom voor mezelf op als iemand mij uitscheldt, beledigt of bedreigt

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens

-
- Eens
 - Helemaal eens

Vraag 104. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Als mijn vrienden iets doen wat ik eigenlijk niet wil, dan doe ik toch maar mee

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Nare gedachten

Vraag 105. 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 108](#)
- Een enkele keer
- Af en toe
- Vaak
- Heel vaak

Heb je hulp nodig? Neem dan 24/7 gratis en anoniem contact op met 0800-0113 of chat op 113.nl.

Vraag 106. Heb je met iemand gepraat over jouw gedachte om een eind te maken aan je leven?

- Ja
- Nee

Heb je hulp nodig? Neem dan 24/7 gratis en anoniem contact op met 0800-0113 of chat op 113.nl.

Vraag 107. Heb je in de laatste 12 maanden een poging gedaan om een eind te maken aan je leven?

- Ja
- Nee

Heb je hulp nodig? Neem dan 24/7 gratis en anoniem contact op met 0800-0113 of chat op 113.nl.

Digitale leefomgeving

Gamen

Vraag 108. Game je wel eens?

Met gamen bedoelen we alle spelletjes op je telefoon, tablet, laptop, computer of spelcomputer (zoals Playstation, Xbox, Nintendo).

Ja

Nee--> [ga naar vraag 112](#)

Vraag 109. Hoe vaak vind je het moeilijk om met gamen te stoppen?

Nooit

Bijna nooit

Soms

Vaak

Zeer vaak

Vraag 110. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik blijf gamen terwijl dit problemen oplevert

Helemaal oneens

Oneens

Niet eens, niet oneens

Eens

Helemaal eens

Vraag 111. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Gamen levert al langer dan een jaar problemen op voor mij

Helemaal oneens

Oneens

Niet eens, niet oneens

Eens

Helemaal eens

Sociale media gebruik

De volgende vragen gaan over het gebruik van sociale media zoals Whatsapp, Instagram, TikTok, Snapchat en YouTube.

Vraag 112. Hoe vaak vind je het moeilijk om met sociale media te stoppen?

Nooit

Bijna nooit

Soms

Vaak

Zeer vaak

Vraag 113. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Ik ga door met het gebruiken van sociale media terwijl dit problemen oplevert

- Helemaal oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal eens

Vraag 114. Wat vind je van de volgende uitspraak?

Mijn sociale mediagebruik levert al langer dan een jaar problemen op voor mij

- Helemaal mee oneens
- Oneens
- Niet eens, niet oneens
- Eens
- Helemaal mee eens

[Online gokken](#)

De volgende vraag gaat over het spelen van online gokspellen (bijvoorbeeld fruitautomaat/slots, sportweddenschappen zoals Toto of casinogames zoals roulette, kaartspellen of Rad van Fortuin).

Vraag 115. Hoe vaak heb je in de laatste 12 maanden online gegokt voor geld?

- Nooit --> [ga naar vraag 117](#)
- Minder dan 1 keer per maand
- Elke maand
- Elke week
- Elke dag

De volgende vraag gaat over het spelen van online gokspellen (bijvoorbeeld fruitautomaat/slots, sportweddenschappen zoals Toto of casinogames zoals roulette, kaartspellen of Rad van Fortuin).

Vraag 116. Heb je in de laatste 12 maanden geldproblemen gekregen door online gokken?

- Nee, nooit
- Ja, 1 keer
- Ja, meerdere keren

Vraag 117. Doe je aan beleggen?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Ja, in aandelen, obligaties, fondsen en/of indextrackers
- Ja, in cryptomunten (zoals Bitcoin, Ethereum, Cardano, Polkadot)
- Ja, in iets anders (zoals opties, vastgoed, kunst, goud)
- Nee

De coronaperiode

Impact coronaperiode

De coronaperiode ligt inmiddels achter ons, maar het kan dat je er toch nog iets van merkt.

Vraag 118. Op welk van de volgende onderwerpen ervaar je op dit moment nog negatieve gevolgen van de coronaperiode?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Mijn financiële situatie
- Mijn studievoortgang
- Mijn lichamelijke gezondheid
- Mijn mentale (psychische) gezondheid
- Het aangaan en onderhouden van contacten
- Mijn balans tussen werk/studie en privé
- Mijn eigen ontwikkeling (ontwikkelen van jezelf door dingen te ontdekken, te proberen en te leren)
- Iets anders
- Ik ervaar op dit moment geen negatieve gevolgen

De coronaperiode ligt inmiddels achter ons, maar het kan dat je er toch nog iets van merkt.

Vraag 119. Op welk van de volgende onderwerpen ervaar je op dit moment nog positieve gevolgen van de coronaperiode?

Je mag meer dan 1 antwoord geven.

- Mijn financiële situatie
- Mijn studievoortgang
- Mijn lichamelijke gezondheid
- Mijn mentale (psychische) gezondheid
- Het aangaan en onderhouden van contacten
- Mijn balans tussen werk/studie en privé
- Mijn eigen ontwikkeling (ontwikkelen van jezelf door dingen te ontdekken, te proberen en te leren)
- Iets anders
- Ik ervaar op dit moment geen positieve gevolgen

Long covid

Vraag 120. Heb je op dit moment gezondheidsklachten die (mogelijk) door het coronavirus komen?

- Ja
- Nee --> [ga naar het einde van de vragenlijst](#)

Vraag 121. Hoelang heb je deze klachten door het coronavirus al?

- Kortere dan 3 maanden --> [ga naar het einde van de vragenlijst](#)
- 3 tot 12 maanden

-
- 1 tot 3 jaar
 - 3 jaar of langer

Vraag 122. Ben je vanwege deze klachten door het coronavirus beperkt in je dagelijks leven?

- Ja, ernstig beperkt
- Ja, wel beperkt maar niet ernstig
- Nee, helemaal niet beperkt

Vraag 123. Heeft een arts vastgesteld dat je long COVID/post-COVID hebt?

- Ja
- Nee

Aanvullende vragen

De vragenlijst is nu afgerond, maar we willen nog enkele aanvullende vragen stellen.

Hoe ben je bij deze vragenlijst terechtgekomen? Via ...

- Instagram
- Facebook
- Snapchat
- Een andere route

Naast deze vragenlijst, gaan we graag in gesprek met jongvolwassenen over hoe zij hun gezondheid ervaren. Zou je het leuk vinden om daaraan deel te nemen en mogen we jouw emailadres en/of telefoonnummer hebben om je hiervoor te benaderen?²

- Ja

E-mailadres:

- Nee

[Volgende vraag indien GGD-panel beschikbaar in de regio van de respondent]

GGD-panel

[Optie 1: Volgende vraag indien GGD-panel mét link beschikbaar in de regio van de respondent]

Vind je het leuk om af en toe een korte digitale vragenlijst in te vullen? Meld je dan aan voor het GGD-panel! Je ontvangt dan per e-mail een aantal keer per jaar een uitnodiging voor een korte vragenlijst. Wil je lid worden van het panel, klik dan [hier](#) <link>.

² Vanwege de privacywetgeving wordt jouw e-mailadres in een apart databestand opgeslagen. Voor deze gesprekken is het belangrijk dat we jongvolwassenen gericht kunnen uitnodigen om zo een goed beeld te krijgen. Hiervoor zullen jouw antwoorden op de volgende vragen uit de vragenlijst mee worden gekopieerd naar dit aparte databestand waar ook jouw e-mailadres wordt opgeslagen; gender, leeftijd, migratieachtergrond, postcode, opleidingsniveau en werksituatie.

[Optie 2: Volgende vraag indien GGD-panel beschikbaar in de regio van de respondent]

Vind je het leuk om af en toe een korte digitale vragenlijst in te vullen? Meld je dan aan voor het GGD-panel! Je ontvangt dan per e-mail een aantal keer per jaar een uitnodiging voor een korte vragenlijst. Als je lid wil worden van het panel, vul dan hieronder je e-mailadres in³:

Nee, ik wil geen lid worden

Prijs

Aan het begin van de vragenlijst hebben we aangegeven dat je een cadeaubon van €25,- of €400,- kunt winnen. Wil je kans maken op één van deze cadeaubonnen?

Ja

Nee

Indien prijs gewonnen:

Gefeliciteerd! Je hebt een cadeaubon ter waarde van €xxx,- gewonnen. Vul hieronder je e-mailadres en/of telefoonnummer in zodat we je kunnen benaderen over je prijs.

E-mailadres³:

Telefoonnummer*:

*telefoonnummer alleen bij de prijs van €400.

Indien geen prijs gewonnen:

Je hebt helaas geen cadeaubon gewonnen, maar door jouw hulp krijgen we een beter beeld van de gezondheid en het welzijn van jongvolwassenen in Nederland. Heel erg bedankt voor het invullen van de vragenlijst!

Klik nog éénmaal door op  om je antwoorden definitief op te slaan en de vragenlijst af te ronden.

Einde vragenlijst

Je bent nu klaar met het invullen van de vragenlijst. Heel erg bedankt voor het meedoen!

**We hebben je vragen gesteld over heel veel onderwerpen.
Wil je daar wat meer over weten? Kijk dan op de sites hieronder:**

[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 tussen 14:00-22:00 uur en in het weekend tussen 18:00-20:00 uur.

[MIND](#)

Voor hulp bij psychische problemen. Bereikbaar via telefoon, chat, WhatsApp en mail. Als je aanhoudend somber bent kun je contact opnemen met je huisarts.

[113 Zelfmoordpreventie](#)

Denk je aan de dood en heb je hulp nodig? Neem dan 24/7 gratis en anoniem contact op met 0800-0113 of chat op 113.nl.

[Sense](#)

Voor al je vragen over seksualiteit.

³ Vanwege de privacywetgeving wordt jouw e-mailadres in een apart databestand opgeslagen.

[Genderpraatjes](#)

Op deze site kun je chatten, bellen en mailen over jouw vragen rondom gender en genderidentiteit.

[Mentaal vitaal](#)

Voor allerlei tips voor het verbeteren van je veerkracht. Je vindt hier manieren van zelfhulp en online ondersteuning, zoals ontspanningsoefeningen of anti-pieker oefeningen.

[Thuisarts](#)

Voor informatie over (mentale) gezondheid en tips om klachten te verminderen.

[Geldfit](#)

Hier vind je gratis informatie over geld in jouw situatie.

[Alcoholinfo](#) en [drugsinfo](#)

Voor informatie over het gebruik van alcohol en drugs. Als je je zorgen maakt om je eigen gebruik of dat van een ander, of als je vragen hebt over het gebruik van alcohol en drugs, dan kan je anoniem online chatten en mailen of bellen met de alcohol- en drugsinfolijn: 0900-1995 (€0.10 p/m).

[Ikstopnu](#)

Voor informatie over de gevolgen van roken.

[Veilig Thuis](#)

Voor advies en ondersteuning en het melden van huiselijk geweld en kindermishandeling. Je kunt 24/7 gratis en anoniem contact opnemen met 0800-2000 of chat op veiligthuis.nl.

[RIVM](#)

Voor vragen over het coronavirus, ook kun je bellen naar 0800-1351.