



Een vragenlijst over jouw leven

Hoe gaat het met je? Zit je lekker in je vel? Welke dingen kun je goed en wat vind je moeilijk? Mensen om je heen vragen dit vast weleens aan je. Je ouders, je leerkracht op school of een zorgverlener. Best lastig om daar altijd een goed antwoord op te geven. Bijvoorbeeld omdat je de juiste woorden niet kunt vinden of omdat je het zelf ook niet zo goed weet.

Toch is het belangrijk te weten hoe je je voelt en of er dingen zijn die anders of beter kunnen. Daarom is jou gevraagd een online vragenlijst in te vullen. Hieronder staat uitgelegd hoe dat gaat. Het is handig deze flyer eerst helemaal door te lezen voordat je begint.

De vragen gaan over je lichaam, je gevoelens en hoe het gaat op school en thuis. Zo krijgt jouw zorgverlener een beeld van jouw 'kwaliteit van leven', zoals dat wordt genoemd. Samen met je zorgverlener bespreek je de antwoorden en samen zoeken jullie uit of je misschien meer hulp wilt om je goed te voelen. De antwoorden op de vragenlijst zijn anoniem en je antwoorden worden niet bewaard op de website.

Hoe vul je de vragenlijst in?

1

Ga naar de website kwaliteitvanlevenvragenlijsten.nl.

Zo ziet de website eruit:



2

Bovenaan de webpagina zie je twee soorten vragenlijsten:

Algemene kwaliteit van leven (PedsQL 4.0)

en

Gewicht en kwaliteit van leven (IWQOL-Kids)

Jij mag de volgende vragenlijst invullen:

- PedsQL ouderversie 5–7 jaar
- PedsQL 8–12 jaar
- PedsQL 13–18 jaar
- IWQOL-Kids 11–19 jaar
- IWQOL-Kids ouderversie 11–19 jaar

3

Nu kun je de vragen beantwoorden. Klik op 'volgende stap' tot je al je eigen antwoorden op het scherm ziet. Dan is de vragenlijst helemaal ingevuld.

4

Als je klaar bent met invullen, moeten de antwoorden nog naar jouw zorgverlener gestuurd worden. Daarvoor moet je de antwoorden downloaden door op de groene knop met 'Download overzicht (PDF)' te klikken. Klik pas op deze knop als je je eigen antwoorden op het scherm ziet.

Dat ziet er zo uit:

Download overzicht (PDF)

Ga met je muis op jouw vragenlijst staan en klik op de juiste versie van deze vragenlijst. Dat ziet er zo uit:

Voor de PedsQL 4.0:

PedsQL ouderversie 5–7 jaar

PedsQL 8–12 jaar

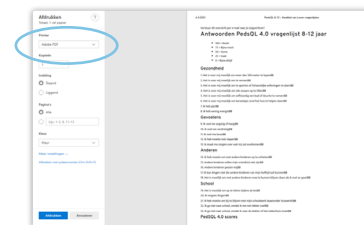
PedsQL 13–18 jaar

Of voor de IWQOL-Kids:

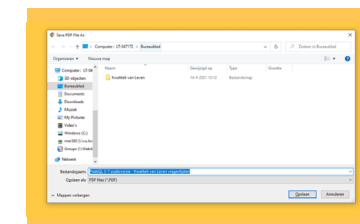
IWQOL-Kids 11–19 jaar

IWQOL-Kids ouderversie 11–19 jaar

Nu zie je de antwoorden op een ander scherm. Kies bij 'Printer' voor 'Adobe PDF'. Dat ziet er zo uit:



Daarna klik je onderaan op afdrukken. Zo kun je de antwoorden opslaan op je laptop of computer, bijvoorbeeld op je bureaublad. Dat ziet er ongeveer zo uit:



5

Nu kun je een e-mail naar je zorgverlener sturen en het PDF-bestand toevoegen als bijlage.

Het emailadres van je zorgverlener is:

Na het versturen van de e-mail kun je de website sluiten.

Wat moet je verder nog weten?

- ◆ De vragen op de vragenlijst zijn bedacht door onderzoekers die met veel verschillende kinderen hebben gesproken. De vragenlijst is geschikt voor al deze kinderen. Dat betekent dat je soms een vraag tegenkomt die wat minder goed bij jou past. Misschien vind je een vraag zelfs raar, gek, stom of onbelangrijk. Dat geeft niets, we willen je toch vragen alles zo eerlijk mogelijk in te vullen.
- ◆ Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het gaat erom wat jij vindt en dat weet niemand beter dan jijzelf.
- ◆ Jouw antwoorden op de vragenlijst komen bij jouw zorgverlener terecht en verder nergens anders. Behalve deze zorgverlener kan niemand dus zien welke antwoorden jij gegeven hebt.

Succes met invullen!



Ten behoeve van de aanpak Kind naar
Gezonder Gewicht ontwikkeld door

Care for Obesity

