

Youth Quality of Life (YQOL) Instrument - research versie

Instrument over de kwaliteit van leven van jongeren – onderzoeksversie

Hieronder volgen een aantal uitspraken die je over jezelf zou kunnen doen.

Omcirkel alsjeblieft op iedere schaal dat cijfer, dat het beste weergeeft hoezeer de uitspraak in het algemeen op jou van toepassing is.

Er zijn geen goede of foute antwoorden, wij zijn alleen geïnteresseerd in wat jij vindt van je leven.

Helemaal niet heel sterk

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Jijzelf

- | | |
|---|----------------------|
| 1. Ik blijf proberen, zelfs als het me eerst niet lukt | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 2. De meeste problemen die ik tegen kom, kan ik aan | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 3. Ik kan de meeste dingen zo goed doen als ik wil | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 4. Ik voel me goed over mezelf | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 5. Ik heb het gevoel dat ik belangrijk ben voor anderen | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 6. Ik voel me op mijn gemak over mijn seksuele gevoelens en gedragingen | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 7. Ik heb genoeg energie om de dingen te doen die ik wil doen | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 8. Ik ben blij met hoe ik eruit zie | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 9. Ik vind de hoeveelheid stress in mijn leven eigenlijk wel prima | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 10. Ik heb het gevoel dat het o.k. is als ik fouten maak | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 11. Ik heb het gevoel dat mijn leven zin heeft | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 12. Mijn persoonlijke overtuigingen geven mij kracht | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 13. Ik voel me alleen in mijn leven | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 14. Ik voel me buitengesloten om wie ik ben | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |

| | | | | | | | | | |
|---------------|---|---|---|---|---|------------|---|---|----|
| Helemaal niet | | | | | | heel sterk | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

Relaties

- | | | | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 15. Ik heb het gevoel dat de meeste volwassenen mij eerlijk behandelen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 16. Ik vind dat ik genoeg aandacht van mijn gezinsleden krijg | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 17. Ik voel me begrepen door mijn ouders of verzorgers | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 18. Ik voel me nuttig en belangrijk voor mijn gezinsleden | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 19. Ik heb het gevoel dat mijn gezinsleden om me geven | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 20. Mijn gezinsleden stimuleren me om mijn best te doen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 21. Ik heb het gevoel dat ik goed kan opschieten met mijn ouders of verzorgers | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 22. Ik vind dat mijn ouders of verzorgers mij betrekken bij belangrijke beslissingen die mij aangaan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 23. Ik probeer een voorbeeld voor anderen te zijn | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 24. Ik kan tegen mijn vrienden zeggen hoe ik mij echt voel | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 25. Ik ben blij met de vrienden die ik heb | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 26. Ik ben tevreden over mijn sociale leven | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 27. Ik vind dat ik aan dezelfde activiteiten kan meedoen als anderen van mijn leeftijd | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 28. Mensen van mijn leeftijd gaan respectvol met me om | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

| | | | | | | | | | |
|---------------|---|---|---|---|------------|---|---|---|----|
| Helemaal niet | | | | | heel sterk | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

Omgeving

- | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 29. Ik vind dat mijn leven vol zit met interessante dingen om te doen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 30. Ik hou ervan om nieuwe dingen uit te proberen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 31. Ik vind de buurt waar ik woon prettig | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 32. Ik kijk uit naar de toekomst | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 33. Mijn gezin heeft genoeg geld om goed rond te komen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 34. Ik voel me veilig als ik thuis ben | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 35. Ik vind dat ik een goede opleiding krijg | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 36. Ik weet hoe ik aan de informatie kan komen die ik nodig heb | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 37. Ik heb er plezier in om nieuwe dingen te leren | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 38. Ik voel me veilig als ik op school ben | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

Algemene kwaliteit van leven

- | | | | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 39. Ik geniet van het leven | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 40. Ik ben tevreden met hoe mijn leven nu is | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 41. Ik vind het leven de moeite waard | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |