

VRAGENLIJST OVER DE KWALITEIT VAN HET LEVEN



Wat is deze vragenlijst?

Deze vragenlijst is bedoeld om de levenskwaliteit van kinderen en jongeren in het algemeen te beoordelen. Het duurt ongeveer 10 minuten om deze vragenlijst in te vullen.

Het bevat vragen over het welzijn van je lichaam, je emoties, je relaties met anderen en je leven op school.



Waarom zou ik dit beantwoorden?

Naast de mening van je arts of je ouders is het erg belangrijk te weten wat je persoonlijke gevoelens en ervaringen zijn.



Hoe zal ik antwoorden?

Er zijn geen goede of foute antwoorden.

Kies het antwoord dat het dichtst bij je ware gevoelens ligt.

Als je een vraag niet begrijpt, geef dan antwoord op basis van wat je denkt dat de vraag betekent.

Hartelijk dank voor je deelname!

Het HARMONIC team.

In te vullen door het onderzoeksteam:

Datum: ___ / ___ / ___

Harmonic ID _____

Patiëntnummer in het centrum: _____

INSTRUCTIES

Op de volgende bladzijde staat een lijst van dingen die een probleem voor jou kunnen zijn.

Kun je ons vertellen hoezeer je in de **AFGELOPEN MAAND** met elk van deze dingen een **probleem** hebt gehad? Omcirkel het getal dat het beste van toepassing is, waarbij je kunt kiezen uit:

- 0 als het **nooit** een probleem is
- 1 als het **bijna nooit** een probleem is
- 2 als het **soms** een probleem is
- 3 als het **vaak** een probleem is
- 4 als het **bijna altijd** een probleem is

Er zijn geen goede of foute antwoorden.

Als je een vraag niet begrijpt, vraag dan om hulp.

Hoezeer heb je in de **AFGELOPEN MAAND** een **probleem** gehad met...

JE GEZONDHEID EN ACTIVITEITEN (PROBLEMEN MET...)	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Bijna altijd
1. Het is voor mij moeilijk om meer dan 100 meter te stappen	0	1	2	3	4
2. Het is voor mij moeilijk om te rennen	0	1	2	3	4
3. Het is voor mij moeilijk om te sporten of lichamelijke oefeningen te doen	0	1	2	3	4
4. Het is voor mij moeilijk om iets zwaars op te tillen	0	1	2	3	4
5. Het is voor mij moeilijk om zelfstandig een bad of douche te nemen	0	1	2	3	4
6. Het is voor mij moeilijk om karweitjes in het huis te doen	0	1	2	3	4
7. Ik heb pijn	0	1	2	3	4
8. Ik heb weinig energie	0	1	2	3	4

JE GEVOELENS (PROBLEMEN MET...)	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Bijna altijd
1. Ik voel me angstig of bang	0	1	2	3	4
2. Ik voel me verdrietig	0	1	2	3	4
3. Ik voel me boos	0	1	2	3	4
4. Ik heb moeite met slapen	0	1	2	3	4
5. Ik maak me zorgen over wat mij zal overkomen	0	1	2	3	4

JE ONGANG MET ANDEREN (PROBLEMEN MET...)	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Bijna altijd
1. Ik heb problemen om met andere kinderen op te schieten	0	1	2	3	4
2. Andere kinderen willen mijn vriend(in) niet zijn	0	1	2	3	4
3. Andere kinderen lachen mij uit	0	1	2	3	4
4. Ik kan bepaalde dingen niet die andere kinderen van mijn leeftijd wel kunnen	0	1	2	3	4
5. Het is moeilijk mee te kunnen blijven doen als ik met andere kinderen speel	0	1	2	3	4

SCHOOL (PROBLEMEN MET...)	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Bijna altijd
1. Het is moeilijk om op te letten tijdens de les	0	1	2	3	4
2. Ik vergeet dingen	0	1	2	3	4
3. Ik heb moeite om mee te kunnen met mijn schoolwerk	0	1	2	3	4
4. Ik ga niet naar school, omdat ik me niet lekker voel	0	1	2	3	4
5. Ik ga niet naar school, omdat ik naar de dokter of het	0	1	2	3	4

ziekenhuis moet					
-----------------	--	--	--	--	--

Heb je in de **AFGELOPEN MAAND** een **probleem** gehad...

ALGEMENE VERMOEIDHEID (PROBLEMEN MET...)	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Bijna altijd
1. Ik voel me moe	0	1	2	3	4
2. Ik voel me lichamelijk zwak (niet sterk)	0	1	2	3	4
3. Ik voel me te moe om dingen te doen die ik leuk vind	0	1	2	3	4
4. Ik voel me te moe om tijd met mijn vrienden door te brengen	0	1	2	3	4
5. Ik vind het lastig dingen af te maken	0	1	2	3	4
6. Ik vind het lastig dingen te beginnen	0	1	2	3	4

SLAAP/RUST VERMOEIDHEID (PROBLEMEN MET...)	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Bijna altijd
1. Ik slaap veel	0	1	2	3	4
2. Ik vind het moeilijk om 's nachts door te slapen	0	1	2	3	4
3. Ik voel me moe als ik 's ochtends wakker word	0	1	2	3	4
4. Ik rust veel	0	1	2	3	4
5. Ik doe veel dutjes	0	1	2	3	4
6. Ik breng veel tijd door in bed	0	1	2	3	4

COGNITIEVE VERMOEIDHEID (PROBLEMEN MET...)	Nooit	Bijna nooit	Soms	Vaak	Bijna altijd
1. Ik vind het moeilijk om mijn aandacht bij dingen te houden	0	1	2	3	4
2. Ik vind het moeilijk om te onthouden wat mensen me vertellen	0	1	2	3	4
3. Ik vind het moeilijk om te onthouden wat ik net gehoord heb	0	1	2	3	4
4. Ik vind het moeilijk om snel te denken	0	1	2	3	4
5. Ik vind het lastig om te onthouden waar ik net aan dacht	0	1	2	3	4
6. Ik vind het lastig om meer dan één ding tegelijk te onthouden	0	1	2	3	4

Dank u wel voor je tijd !