



JIJ EN JE
GEZONDHEID

Gezonde leerlingen presteren beter



TESTschool

Leerjaar 2

Schoolgezondheidsprofiel

Vragenlijst 2015-2016

Colofon

Uitgave GGD Amsterdam, afdeling E&G / JGZ

Auteurs A. Wisse en J. de Meij in samenwerking met de werkgroep 'schoolgezondheidsprofiel' van de GGD Amsterdam.

Website www.jijenjegezondheidinfo.nl
www.ggd.amsterdam.nl

Vormgeving F. Mouthaan en S. Oosterbaan, GGD Amsterdam

Vertrouwelijk

Dit schoolprofiel wordt uitsluitend aan uw school verstrekt, de GGD behandelt dit profiel als vertrouwelijk. Alleen de school mag – delen uit – het rapport openbaar maken.

Hoe gezond is uw school?

Voor u ligt het gezondheidsprofiel van uw school. Dit profiel geeft een beeld van de gezondheid van de leerlingen van klas 2 op uw school. De GGD Amsterdam heeft dit profiel opgesteld op basis van de digitale gezondheidsvragenlijst *Jij en je gezondheid* die de leerlingen dit jaar hebben ingevuld.

Wat betekent dit profiel voor uw school?

Het profiel geeft u informatie over de lichamelijke en sociaal-emotionele gezondheid van uw leerlingen uit klas 2. Kort gezegd ziet u wat er goed gaat en waar u extra aandacht aan kan besteden. U kunt ook zien hoe uw leerlingen scoren ten opzichte van leerlingen op andere scholen in Amsterdam-Amstelland.

Per onderwerp ziet u drie gekleurde balkjes:

Groen: Percentage leerlingen met een 'normale' score.

Oranje: Percentage leerlingen met licht verhoogd risico op problemen.

Rood: Percentage leerlingen met sterk verhoogd risico op problemen.

Let op: onder aan elk balkje ziet u de gemiddelde score van leerlingen van de Amsterdamse scholen. Hiermee kunt u dus uw leerlingen vergelijken met die van andere VO scholen in Amsterdam-Amstelland.

Gesprek met de GGD Amsterdam

Binnenkort benaderen wij u om een afspraak te maken om dit profiel met u te bespreken. Wat betekenen de cijfers voor uw school? Hoe moet u ze interpreteren? In dat gesprek kunnen wij u advies geven als u met gezondheid aan de slag wilt. We hebben een goed overzicht van effectieve preventieprogramma's met aandacht voor zowel educatie als voor een gezonde schoolomgeving, ouderbetrokkenheid, leerlingenzorg en regelgeving. Het gesprek is met de jeugdarts of –verpleegkundige en met een Adviseur Gezondheid & Leefstijl van de GGD Amsterdam.

Waarom is aandacht voor gezondheid op school belangrijk?

Gezonde leerlingen in een gezonde schoolomgeving presteren beter en verzuimen minder. Investeren in gezondheid op school is dus van groot belang.

En de risicoleerlingen?

Dit profiel gaat over de gezondheid van de hele groep leerlingen uit klas 2. U vraagt zich misschien af wat er gebeurt met de individuele leerlingen die rood scoren. Die leerlingen zien we in een persoonlijk gesprek. De jeugdarts of –verpleegkundige kijkt samen met de leerling welke ondersteuning of zorg nodig is. Dit gebeurt in samenwerking met het Ouder- en Kindteam of het sociaal team.

Kijk op www.jijenjegezondheidinfo.nl voor een voorbeeld van de vragenlijst.

Groepsinformatie

In dit profiel staan de resultaten van de 24 leerlingen uit de tweede klas die de vragenlijst van *Jij en je gezondheid* hebben ingevuld. De leerlingen worden vergeleken met leerlingen van andere scholen in Amsterdam-Amstelland die de vragenlijst dit schooljaar hebben ingevuld. Hieronder staan kenmerken van de leerlingen weergegeven.



GESLACHT

Jongen 50

Meisje 50



HERKOMST

Leerlingen van niet-Nederlandse afkomst hebben tenminste 1 ouder die in het buitenland geboren is.

Nederlands 58

Surinaams 4

Antilliaans/Arubaans 4

Turks 0

Marokkaans 8

Overig Westers 8

Overig Niet Westers 17

Onbekend 0



GEZINSSITUATIE

De deelnemende leerlingen zijn afkomstig uit de volgende gezinssituaties.

Woont bij beide ouders 79

Woont niet bij beide ouders 21

Kwaliteit van leven



HOE GAAT HET MET JE?

Kwaliteit van leven gaat over gezondheid en welzijn. Hoe jongeren dit ervaren voorspelt ook de gezondheid in de toekomst. Het gaat om het totaalplaatje: fysiek, emotioneel, sociaal en cognitief.

Kwaliteit van leven

De gekleurde balkjes laten zien hoe het met de leerlingen van uw school gaat: hoe ze zich voelen, hoe het gaat op school en hoe de omgang is met ouders en vrienden. In de vragenlijst is gevraagd naar afgelopen week.



Leefgewoonten



TANDEN

Een goede mondgezondheid voorkomt dat leerlingen last krijgen van pijn, wondjes en ontstekingen.

Tanden

De gekleurde balkjes laten zien hoe leerlingen van uw school scoren op mondgezondheid: tanden poetsen en naar de tandarts of mondhygienist gaan.



VOEDING

Gezonde voeding draagt bij aan een gezond gewicht. Elke dag ontbijten verbetert de concentratie en daarmee de leerprestaties. Voedingsgewoonten worden vaak al in de jeugd gevormd.

Voeding

De gekleurde balkjes laten zien hoe uw leerlingen scoren op voedingsgedrag: hoe vaak per week leerlingen van uw school ontbijten, fruit eten, groente eten, water drinken en energydrankjes drinken.



BEWEGEN

Regelmatig bewegen draagt bij aan een gezond gewicht en betere leerprestaties.

Bewegen

De gekleurde balkjes laten de score van uw leerlingen zien op lichamelijke activiteit: fietsen/lopen naar school, sport op school, sport bij sportvereniging, sport in de vrije tijd en gebruik van computer, tablet of tv.





SEKS

In de puberteit hebben veel jongeren hun eerste ervaringen met seksuele handelingen. Jongeren van 12 tot 14 jaar gebruiken minder consequent anticonceptie dan jongeren van 15 jaar of ouder. Jongeren kunnen ook te maken krijgen met onvrijwillige seks.

Onveilige seks

De gekleurde balkjes laten zien of leerlingen van uw school veilige seks hebben met gebruik van condoom, pil, spiraaltje of prikpil. Bij de groene score zitten zowel leerlingen die geen geslachtsgemeenschap hebben als leerlingen die veilige geslachtsgemeenschap hebben.



Onvrijwillige seks

De gekleurde balkjes laten zien of leerlingen van uw school ervaring hebben met ongewenste seks. Hier hoort ook bij: seks in ruil voor geld, drankjes, sigaretten of mooie spullen.



Genotmiddelengebruik



ROKEN

Nicotine is al na enkele sigaretten verslavend. De meeste rokers beginnen met roken tussen de 12 en 15 jaar.

Frequentie

De score wordt bepaald door hoe vaak leerlingen van uw school roken en het gemiddeld aantal sigaretten per week.



Verslaving*

De gekleurde balkjes laten zien hoe afhankelijk de leerlingen van uw school zich voelen. Hebben ze het gevoel dat ze het gebruik niet onder controle hebben, zijn ze bang bij het idee niet te kunnen roken en maken ze zich zorgen over hun gebruik?



*Alleen leerlingen die wekelijks of vaker roken vullen de verslavingsvragen in.



ALCOHOL

Frequentie

De score wordt bepaald door hoe vaak leerlingen van uw school alcohol drinken, hoeveel glazen alcohol per keer en hoe vaak 5 glazen of meer per keer.



Verslaving*

De gekleurde balkjes laten zien hoe afhankelijk de leerlingen van uw school zich voelen. Hebben ze het gevoel dat ze het gebruik niet onder controle hebben, zijn ze bang bij het idee niet te kunnen drinken en maken ze zich zorgen over hun gebruik?



*Alleen leerlingen die wekelijks of vaker alcohol drinken vullen de verslavingsvragen in.



CANNABIS

Cannabisgebruik vermindert het korte termijngeheugen en het reactie- en concentratievermogen. Dit kan onder meer leiden tot slechtere schoolprestaties.

Frequentie

De score wordt bepaald door of leerlingen van uw school cannabis hebben gebruikt en hoe vaak leerlingen afgelopen maand cannabis hebben gebruikt.



Verslaving*

De gekleurde balkjes laten zien hoe afhankelijk de leerlingen van uw school zich voelen. Hebben ze het gevoel dat ze het gebruik niet onder controle hebben, zijn ze bang bij het idee niet te kunnen gebruiken en maken ze zich zorgen over hun gebruik?



*Alleen leerlingen die wekelijks of vaker cannabis gebruiken vullen de verslavingsvragen in.



WATERPIJP

Het roken van een waterpijp is minstens even schadelijk als het roken van een sigaret. Het gebruik van de waterpijp komt het meest voor onder jongeren van 15 tot en met 24 jaar.

Frequentie

De score wordt bepaald door of leerlingen van uw school ooit waterpijp hebben gerookt en hoe vaak leerlingen afgelopen maand waterpijp hebben gerookt.



Verslaving*

De gekleurde balkjes laten zien hoe afhankelijk de leerlingen van uw school zich voelen. Hebben ze het gevoel dat ze het gebruik niet onder controle hebben, zijn ze bang bij het idee niet te kunnen gebruiken en maken ze zich zorgen over hun gebruik?



*Alleen leerlingen die afgelopen maand minstens 11 keer waterpijp hebben gerookt vullen de verslavingsvragen in.



XTC

XTC gebruik is nooit zonder risico. Gebruik van XTC kan leiden tot oververhitting en uitdroging. Daarnaast is het mogelijk dat de gebruiker een te hoge dosis binnenkrijgt. Een te hoge dosis kan leiden tot bewusteloosheid en hartstilstand.

Frequentie

De score wordt bepaald door of leerlingen van uw school ooit XTC hebben gebruikt en hoe vaak leerlingen afgelopen maand XTC hebben gebruikt.



Verslaving*

De gekleurde balkjes laten zien hoe afhankelijk de leerlingen van uw school zich voelen. Hebben ze het gevoel dat ze het gebruik niet onder controle hebben, zijn ze bang bij het idee niet te kunnen gebruiken en maken ze zich zorgen over hun gebruik?



*Alleen leerlingen die afgelopen maand minstens 2 keer XTC hebben gebruikt vullen de verslavingsvragen in.



GAMEN

Gamen hoort bij deze tijd. Games zijn altijd en overal aanwezig door de smartphone of tablet. De controle en beheersbaarheid zijn daardoor lastig. Gemiddeld besteden jongens meer tijd aan gamen dan meisjes.

Frequentie

De score wordt bepaald door het aantal dagen dat leerlingen van uw school gamen per week en het gemiddeld aantal uur gamen per dag.



Verslaving*

De gekleurde balkjes laten zien in hoeverre de leerlingen zich onrustig en gestrest voelen als zij niet kunnen gamen, het moeilijk vinden om te stoppen en gamen als zij zich rot voelen.



*Alleen leerlingen die oranje of rood scoren op frequentie vullen de verslavingsvragen in.

Leefomgeving



OMGANG MET ELKAAR

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uwschool last hebben van een nare gebeurtenis. Dit kan bijvoorbeeld zijn door er veel aan te denken of beelden terug te zien.

Direct gepest worden

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school geslagen, geschopt, uitgelachen, uitgescholden of omver geduwd worden door medeleerlingen. Dit gaat ook over de dreiging in elkaar te worden geslagen door medeleerlingen.



Indirect gepest worden

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school aangeven buiten gesloten te worden en het gevoel te hebben dat er leugens of nare dingen over hen worden verteld door medeleerlingen.



Ervaren pro sociaal gedrag

De gekleurde balkjes laten zien hoe vaak leerlingen op uw school aardig zijn voor elkaar, elkaar helpen, elkaar opvrolijken en laten merken dat ze om de ander geven.



SAMEN OF ALLEEN

Zelfs met veel mensen in de buurt kunnen jongeren zich eenzaam voelen. Bijvoorbeeld omdat ze het gevoel hebben dat anderen niet om hen geven of omdat ze zich niet verbonden voelen met anderen. Soms liggen de oorzaken in de persoon zelf en soms dragen bepaalde omstandigheden bij aan het gevoel.

Eenzaamheid

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school gezelschap missen, het gevoel hebben niet bij een vriendengroep te horen of zich buitengesloten of geïsoleerd voelen.





HOE IS HET THUIS?

Wanneer gezinsleden op een negatieve manier met elkaar omgaan kan dit leiden tot lichamelijke en emotionele schade. Er kan sprake zijn van lichamelijke mishandeling, emotionele mishandeling of emotionele verwaarlozing.

Lichamelijke mishandeling

De gekleurde balkjes laten de score zien van uw leerlingen op lichamelijke mishandeling: de mate waarin zij aangeven thuis geslagen te worden, lichamenlijk gestraft te worden of denken lichamenlijk mishandeld te worden.



Emotionele mishandeling

De gekleurde balkjes laten de score zien van uw leerlingen op emotionele mishandeling: de mate waarin zij aangeven binnen het gezin te worden uitgescholden of beledigd, haat te voelen binnen het gezin of het gevoel te hebben dat de ouders wensten dat hij/zij nooit geboren was.



Emotionele verwaarlozing

De gekleurde balkjes laten de score zien van uw leerlingen op emotionele verwaarlozing: de mate waarin zij voelen dat er van hem/haar gehouden wordt, dat hij/zij speciaal is, dat er binnen het gezin zorg is voor elkaar en de aanwezigheid van een goede band met andere gezinsleden.



Psychische gezondheid



HOE ZIT JIJ IN JE VEL?

Een goede gezondheid is meer dan niet-ziek zijn. Het gaat ook over goed in je vel zitten. In Nederland is het met de gezondheid van jongeren over het algemeen goed gesteld. Wanneer jongeren sociaal-emotionele problemen hebben, kan dit negatieve gevolgen hebben voor het dagelijks functioneren thuis en op school.

Depressie

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school zich verdrietig voelen, niets meer echt leuk vinden, slecht slapen, geen zin in eten hebben, geen energie hebben om dingen te doen, zich onrustig voelen of aan de dood denken.



Angst

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school zich zorgen maken om iets wat hij/zij misschien fout doet, het eng vinden om alleen thuis te zijn, bang zijn om op drukke plaatsen te zijn en bang zijn dat er iets ergs met hem/haar of familie zal gebeuren. Dit gaat ook over fysieke kenmerken van angstaanvallen. Plotseling duizelig, trillerig of slap worden terwijl daar geen reden voor is.



NARE GEDACHTEN

Gedachten over zelfdoding komen relatief vaak voor onder jongeren. Dat een jongere overlijdt door zelfdoding komt zelden voor.

Nare gedachten

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school de afgelopen weken dood wilden, het gevoel hebben gehad dat het gezin beter af is zonder hem/haar, de gedachte hebben gehad om zichzelf te doden of ooit geprobeerd heeft zichzelf te doden. Leerlingen die aangaven ten tijde van de vragenlijst afname de gedachte te hebben om zichzelf te doden, zijn direct door JGZ opgeroepen voor een consult.





JIJ EN ETEN

In de puberteit verandert het uiterlijk van jongens en meisjes in korte tijd ingrijpend. Er is sprake van een groeispurt en secundaire geslachtskenmerken worden zichtbaar. Vooral meisjes hebben nogal eens moeite met die verandering, dit kan reden zijn om te gaan lijnen. Bij een deel van hen schiet dit door in eetproblemen.

Eetproblemen

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school zichzelf dik vinden terwijl anderen hen dun vinden, expres overgeven na het eten, bang zijn controle te verliezen over de hoeveelheid die zij eten of vinden dat eten hun leven overheerst.



SLAPEN

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uwschool problemen hebben met in- of doorslapen, met wakker worden en met slaperigheid overdag.

Slaapproblemen

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school problemen hebben met in- of doorslapen, met wakker worden en met slaperigheid overdag.



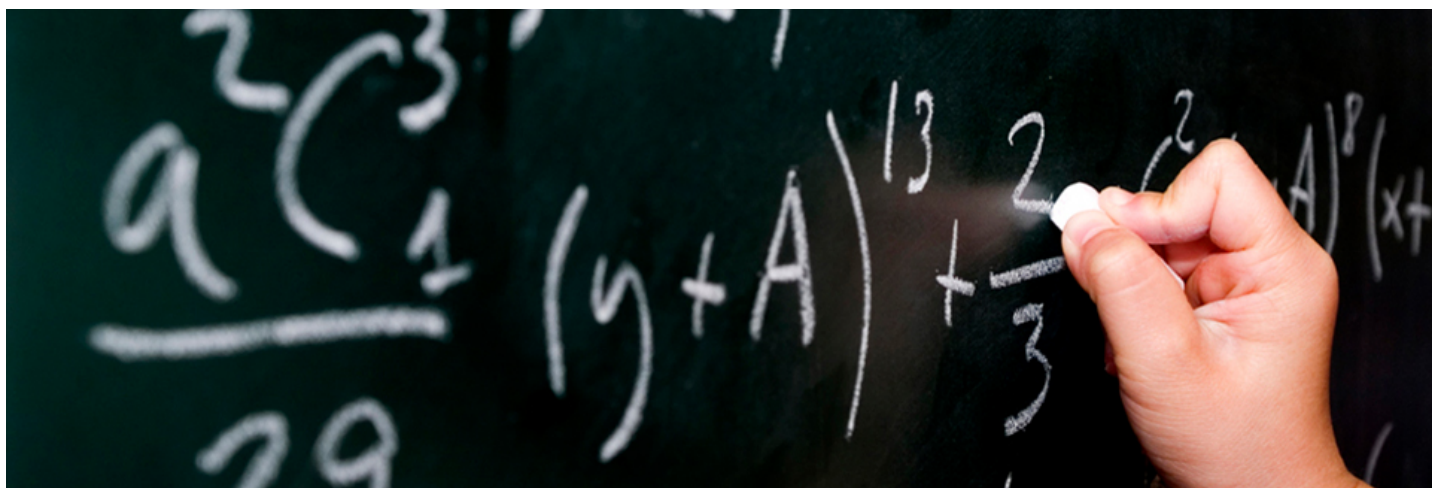
NARE GEBEURTENISSEN

Soms krijgen jongeren te maken met een ingrijpende gebeurtenis. Denk aan echtscheiding van ouders of de dood of ziekte van een familielid. Deze gebeurtenissen kunnen een diepe indruk achterlaten en van invloed zijn op het (latere) functioneren.

Traumatische stress

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school last hebben van een nare gebeurtenis. Dit kan bijvoorbeeld zijn door er veel aan te denken of beelden terug te zien.





LEERGEDRAG

Leerlingen verschillen van elkaar in het tempo waarin zij kennis verwerven en zich vaardigheden eigen maken. Leerlingen kunnen problemen ervaren bij het maken van huiswerk of andere schoolse vaardigheden.

Werkgeheugen

De gekleurde balkjes laten zien hoe leerlingen van uw school scoren op ervaren concentratievermogen, vergeetachtigheid en de mate waarin zij worden afgeleid.

