



Gezonde leerlingen presteren beter

Testschool

Leerjaar 2

Schoolgezondheidsprofiel
Vragenlijst 2019-2020



Schoolgezondheidsprofiel

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. Onderzoek heeft dit profiel opgesteld op basis van de digitale gezondheidsvragenlijst *Jij en Je Gezondheid* die de leerlingen hebben ingevuld.

Vertrouwelijk

Dit schoolgezondheidsprofiel wordt uitsluitend aan uw school verstrekt. Onderzoek behandelt dit profiel als vertrouwelijk. Het is aan de school om het rapport te delen met derden.

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 Onderzoek.

Leeswijzer

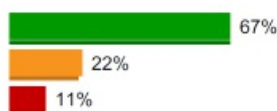
Per onderwerp worden resultaten van de vragenlijst getoond. Drie balkjes in groen, oranje en rood geven de uitkomsten van de vragenlijst weer op groepsniveau:

- 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.

een voorbeeld:

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.



Vergelijking met andere scholen

U kunt de uitkomsten van leerlingen van uw school vergelijken met andere leerlingen in de regio. De streepjes onder de balkjes geven de gemiddelde score weer van leerlingen uit leerjaar 2 van scholen in Onderzoek met dezelfde opleidingsniveaus. Bij uitdraai van dit schoolprofiel bestond de vergelijkingsgroep uit 1 scholen en 2 leerlingen met dezelfde opleidingsniveaus. De vergelijkingsgroep bestaat uit leerlingen die de vragenlijst dit schooljaar hebben ingevuld.

Wat gebeurt er met de leerlingen die rood scoren?

Na het invullen van de vragenlijst nodigt de jeugdarts of -verpleegkundige leerlingen met een verhoogde score uit voor een consult, om samen te kijken of er inderdaad sprake is van een probleem of risico en of er ondersteuning of zorg nodig is. Dit gebeurt in samenwerking met de school en andere relevante betrokken partijen.

Gezonde school



Wat is Gezonde school?

Gezonde School is een werkwijze waarbij scholen op 5 pijlers werken aan gezondheid in en om school, zodat een gezonde leefstijl vanzelfsprekend wordt. De werkwijze gaat uit van wat de school al doet, bouwt hierop voort en sluit aan bij de wensen en behoeften. Hieronder ziet u de thema's en pijlers: werken aan alle pijlers binnen een thema maakt de werkwijze effectief!

Thema's	Pijlers	Educatie	Omgeving	Signaleren	Beleid
Welbevinden & sociale veiligheid					
Relaties & seksualiteit					
Voeding					
Genotmiddelengebruik					
Bewegen & sport					
Mediawijsheid					
Slapen					

Hoe werkt gezonde school?

Hieronder ziet u een schema van de werkwijze van Gezonde School. Dit schoolgezondheidsprofiel kunt u gebruiken bij het kiezen van één of meer thema's in stap 1. Dit kan een thema zijn waarbij sprake is van (risico's op) problemen bij leerlingen, thema's waarop de school slechter scoort in vergelijking met andere scholen of thema's waar ouders, leerlingen of het schoolteam prioriteit aan willen geven.

1. Thema kiezen

- Kies samen voor de werkwijze van Gezonde School.
- Breng gezondheid van leerlingen in kaart (met o.a. het schoolgezondheidsprofiel).
- Kies een gezondheidsthema.

2. Plan maken

- Ga na waar actie nodig is (met preventiescan).
- Selecteer per pijler haalbare acties.
- Kies effectieve of veelbelovende interventies.
- Maak een planning met taakverdeling.



4. Evalueren

- Breng voortgang en resultaten in kaart (met preventiescan).
- Bepaal vervolgacties.
- Alles pijlers op orde binnen een thema?

3. Uitvoeren

- Werk volgens plan aan het gekozen gezondheidsthema met aandacht voor alle pijlers.



Vraag het vignet aan!

Ondersteuning van de GGD Amsterdam

Wat betekenen de cijfers voor uw school? Hoe moet u ze interpreteren? Met welke thema's wilt u aan de slag en hoe kunt u dat het beste aanpakken? De GGD Amsterdam heeft een goed overzicht van effectieve en veelbelovende interventies met aandacht voor educatie, schoolomgeving, ouderbetrokkenheid, signalering en beleid. De adviseur Gezondheid en Leefstijl kan uw school adviseren en ondersteunen. Meer weten over Gezonde School in Amsterdam en Amstelland? Vraag uw adviseur Gezondheid en Leefstijl van de GGD of zie <http://www.gezondeschoolamsterdam.nl>.

Groepsinformatie

In dit profiel staan de resultaten van de 2 leerlingen uit de tweede klas die de vragenlijst van *Jij en Je Gezondheid* volledig hebben ingevuld. De leerlingen worden vergeleken met 2 leerlingen van 1 scholen in Onderzoek met dezelfde opleidingsniveau(s) die de vragenlijst dit schooljaar volledig 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



100%

Surinaams



0%

Antilliaans/Arubaans



0%

Turks



0%

Marokkaans



0%

Overig Westers



0%

Overig Niet Westers



0%

Onbekend



0%



GEZINSSITUATIE

De deelnemende leerlingen zijn afkomstig uit de volgende gezinssituaties.

Woont bij beide ouders



100%

Woont niet bij beide ouders



0%



NIVEAU

De deelnemende leerlingen hebben de volgende niveaus.

VMBO-b/k



50%

VMBO/HAVO



50%

HAVO



0%



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, bewegen en sport



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.



Relaties en seksualiteit



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 wekelijks of vaker waterpijp roken 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 wekelijks of vaker XTC gebruiken vullen de verslavingsvragen in.



LACHGAS

Vroeger werd lachgas in het ziekenhuis gebruikt als narcosemiddel. Nu wordt lachgas soms als drugs gebruikt. Ondanks het feit dat lachgas niet verslavend is, kent het gebruik ervan wel degelijk risico's. Het lijkt er bijvoorbeeld op dat lachgas, net zo als alcohol, slecht is voor de ontwikkeling van de jonge hersenen.

Frequentie

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

0%

0%



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.



SOCIALE MEDIA

Sociale media horen bij deze tijd. Sociale media zijn altijd en overal aanwezig door de smartphone of tablet. De controle en beheersbaarheid zijn daardoor lastig.

Sociale media

De gekleurde balkjes laten zien in hoeverre de leerlingen zich onrustig en gestrest voelen als zij niet op sociale media kunnen, ruzie of problemen hebben door hun sociale media gebruik, het moeilijk vinden om te stoppen en/of op sociale media gaan als zij zich rot voelen.



Sociale veiligheid



OMGANG MET ELKAAR

Het is belangrijk dat school leerlingen een veilige omgeving biedt. Dit houdt in dat er een prettige sfeer heerst, geen incidenten plaatsvinden en leerlingen zich om hun gemak voelen. Leerlingen kunnen zich minder goed concentreren als ze bang of onzeker zijn. Of continu over hun schouder moeten kijken.

Feitelijke onveiligheid

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin uw leerlingen zichzelf kunnen zijn in de klas, zich op hun gemak voelen, erbij horen en de klas leuk vinden.



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 veiligheid

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



Emotionele veiligheid

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 aandacht

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.





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.

Somberheid

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

Veel jongeren hebben wel eens gedachten over de dood en zelfdoding. 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.



DENKEN, DENKEN, DENKEN

Leerlingen die piekeren kunnen vaak niet stoppen met nadenken over dingen die er kunnen gebeuren of over dingen die ze lastig vinden. Sommige jongeren piekeren zoveel dat ze daar last van hebben.

Piekeren

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school zich zorgen maken, vaak piekeren en niet kunnen stoppen met piekeren.



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.

Nare gebeurtenissen

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.



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.



Slapen



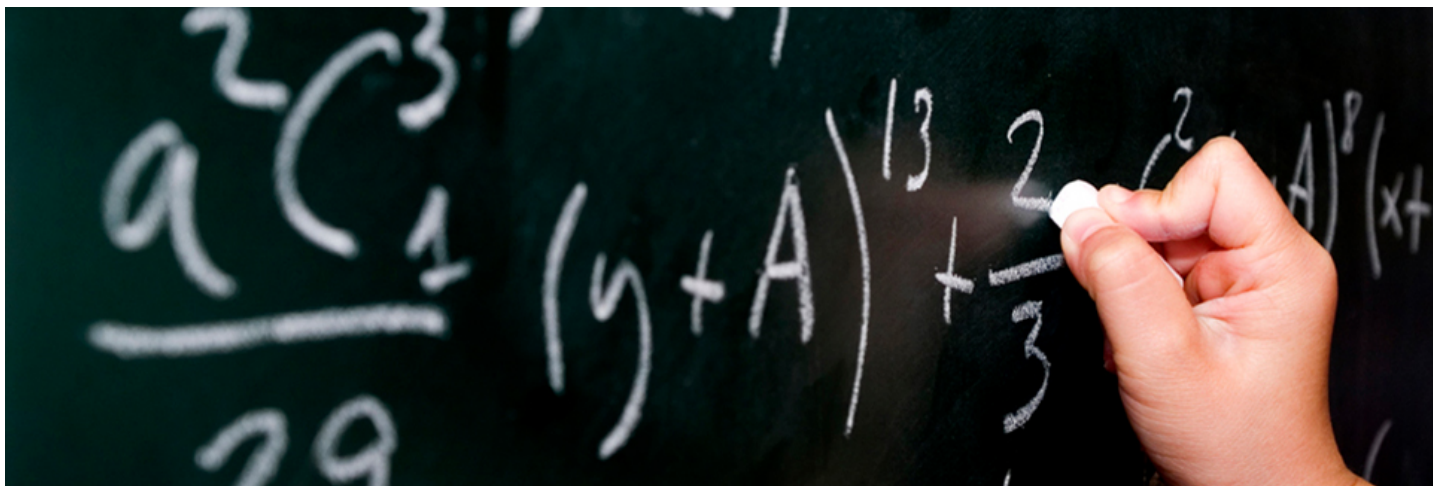
SLAPEN

Slaapproblemen en slaaptekort zijn onderschatte problemen en hangen vaak samen met schoolverzuim en sociaal emotionele problemen. Slecht slapen kan ertoe leiden dat psychische problemen makkelijker ontstaan of in stand blijven.

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.





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.

0%

0%



FAALANGST

Wanneer een leerling last ondervindt van spanning of angst voor het leveren van een prestatie is er sprake van faalangst. Faalangst kan schoolprestaties negatief beïnvloeden en hangt vaak samen met het zelfvertrouwen van een leerling.

Faalangst

De gekleurde balkjes laten de mate zien waarin leerlingen van uw school zich onrustig of gestresst voelen tijdens het maken van proefwerken, bang zijn voor belangrijke proefwerken, concentratieproblemen hebben tijdens proefwerken en dingen vergeten die ze eigenlijk wel weten.

0%

0%