

Eenzaamheid onder jongeren

Hoiiii,

Ik ben Myrthe, zit in havo 5 en ik ben bezig met een onderzoek naar eenzaamheid onder jongeren. Zou je als je tussen de 13 en 19 jaar oud bent deze enquête voor mij willen invullen? En ff sidenote: Je eenzaam voelen is niet hetzelfde als geen vrienden hebben, iedereen heeft wel eens een momentje dat hij/zij het gevoel heeft dat niemand hem/haar begrijpt en dat is helemaal oké!! Voel je vrij om eerlijk te zijn, alles is anoniem, maar deel niet meer dan jij zelf wil :)

groetjesss :)

1 Ik ben

Vraag instructies: *Kies één of meer antwoorden*

Man Vrouw

2 Ik zit op

Vraag instructies: *Kies één of meer antwoorden*

de middelbare school mbo hbo universiteit geen

3 Ik ben

Vraag instructies: *Kies één of meer antwoorden*

13 14 15 16 17 18 19

4 Heb jij je wel eens eenzaam gevoeld?

Vraag instructies: *Kies één of meer antwoorden*

Ja, heel vaak Ja, regelmatig Ja, soms Ja, wel eens Nee, nog nooit

5 Heb je het idee dat je je vaker eenzaam voelt sinds de puberteit?

Vraag instructies: *Kies één of meer antwoorden*

Ja, daarvoor voelde ik mij nooit eenzaam Ja, ik voel me vaker eenzaam dan daarvoor Nee, het is gelijk Nee, ik heb mij nog nooit eenzaam gevoeld

6 Op wat voor momenten voel jij je eenzaam?

7 Denk je dat je je soms eenzaam voelt omdat je je minder voelt dan anderen?

Vraag instructies: *bijvoorbeeld minder slim, mooi, sterk, snel, gezond, populair enz*

- | | | | |
|--|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ja, heel vaak komt het daardoor | <input type="checkbox"/> Ja, regelmatig komt het daardoor | <input type="checkbox"/> Ja, soms komt het daardoor | <input type="checkbox"/> Nee, daar heb ik geen last van |
| <input type="checkbox"/> Nee, ik voel mij nooit eenzaam | | | |

8 Waarin voel je dan minder dan anderen? En bij wat voor soort mensen heb je dat? Dus gaat het dan om vrienden, influencers, mensen op straat, vrienden van vrienden, familie, mensen uit de kerk of van sport etc

9 Hoe zie je jou eigen leven nu? Wat zou je graag anders zien?

Vraag instructies: *Zijn er dingen in jouw leven waardoor jij je soms eenzaam voelt wat je graag anders zou zien?*

10 Is jouw zelfbeeld negatiever geworden in de puberteit?

Vraag instructies: *Kies één of meer antwoorden*

- | | | | |
|---------------------------------------|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ja, heel erg | <input type="checkbox"/> Ja, een klein beetje | <input type="checkbox"/> Ja, maar nu is het weer positiever | <input type="checkbox"/> Nee, totaal niet |
|---------------------------------------|---|---|---|

11 Hoeveel heeft social media invloed (gehad) op jouw zelfbeeld?

Vraag instructies: *Kies één of meer antwoorden*

Veel Niet veel en niet weinig Weinig

12 Hoe zie jij jezelf?

Vraag instructies: *personal questions, I know :) Als je niet wil antwoorden mag je altijd gewoon een punt neerzetten!!*

13 Wat of wie heeft het meeste invloed gehad op hoe jij jezelf ziet?

14 Wat doe je als je je eenzaam voelt?

15 Merk je dat je hormonen invloed hebben op je emoties en voel je je daardoor soms ook eenzaam?

Vraag instructies: *voor de meiden :) Je mag uitleggen hoe het voor jou werkt maar je mag ook gewoon ja of nee zeggen, alles is goed!!*